Roza y Quema



Vulvas
para colorear



VULVAS PARA COLOREAR

Coordinación y edición
Beatriz Millón, Dairee Ramírez, María Torrero

Textos
INVASORIX, Yuleina Carmona, Beatriz Millón, Dairee Ramírez, María Torrero y 212 participantes a través de convocatoria abierta.

Ilustraciones
INVASORIX, Sam Mora, Odette Fajardo, Beatriz Millón y todes les que prefieren el anonimato

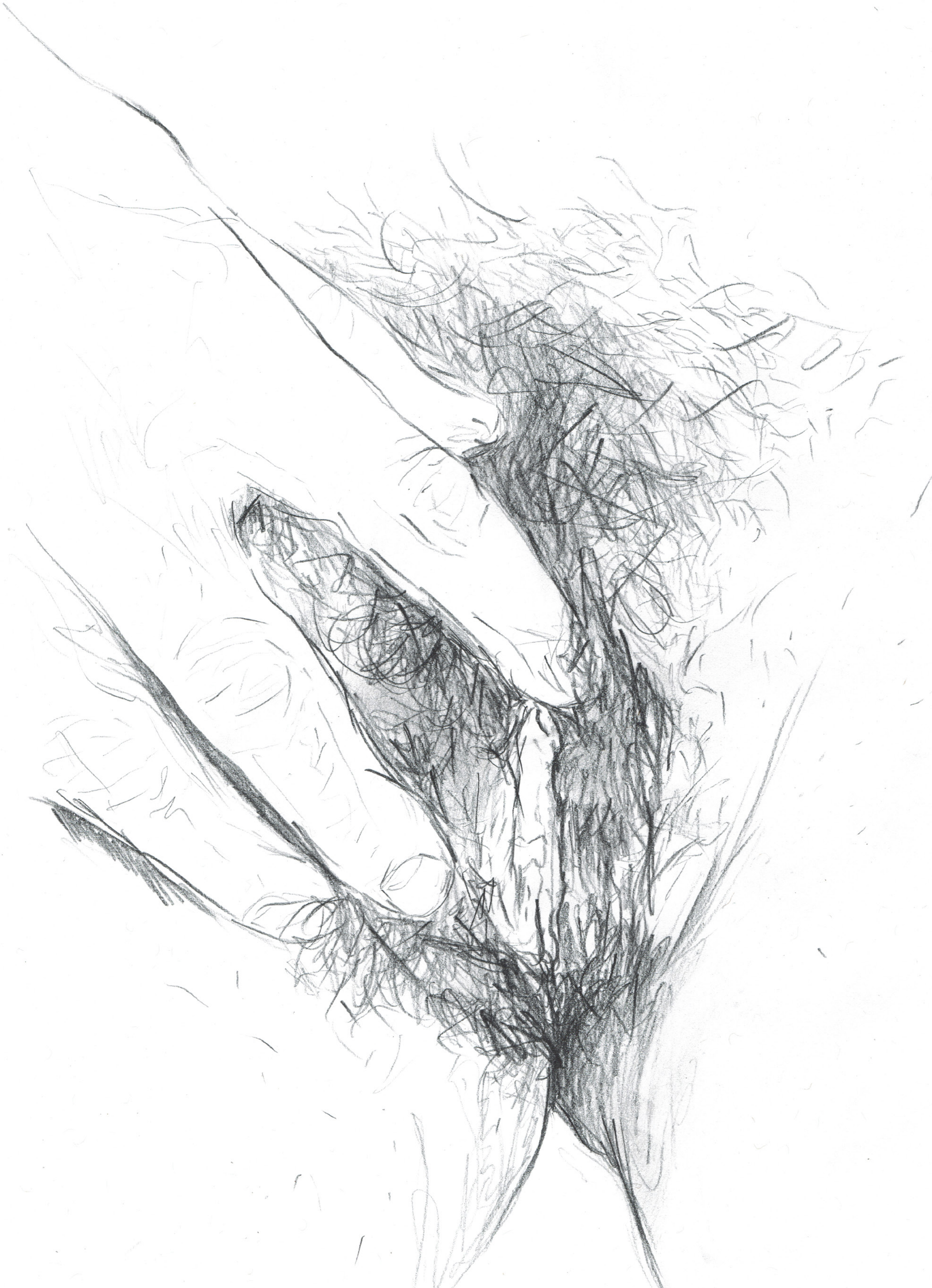
Maquetación y diseño
Beatriz Millón

Correcciones
Loreto Casanueva

Primera Edición, Marzo del 2021

rozayquema

Esta publicación se terminó de imprimir por Ediciones Salvajes en un campo de flores del Valle de México el mes del *pan y rosas* del 2021.



Hace 45 años, Tee Corinne

salió del armario como lesbiana a través de un fanzine para colorear que incluía los coños de sus amantes y amigues; utilizádolo como herramienta para la reflexión, familiarización y empoderamiento de su cuerpo y el de sus compañeres. Corinne quiso mostrar cuerpos reales para contraponer el imaginario colectivo, muy ajeno a la realidad que ella vivía. Sin embargo, nada más lejos de la intención didáctica de la publicación, supuso un escándalo a la sociedad norteamericana que se vio incapaz de asumir como válida la intención de la artista. Sin embargo, ***The Cunt Coloring book*** pronto se volvió viral entre redes feministas, convirtiéndolo en todo un icono generacional.

Hoy recogemos la propuesta de Tee encaminándola en el compartir colectivo. Nos propusimos abrir un espacio de escucha, de alivio emocional, donde acoger sin juicios ni expectativas. Lanzamos una convocatoria virtual en búsqueda de vulvas y recibimos palabras, ilustraciones y fotografías de **212 personas**. Con mucho cariño y respeto les leímos y trasladamos al dibujo sus fotografías, al papel las confesiones y materializamos en este libro un encuentro de experiencias, sentires, dudas e incluso miedos y enfados. Desde la coherencia de nuestra propia iniciativa, creamos akelarre desde diferentes geografías para configurar la experiencia. Aquí presentes: Bea, Dairee, Liz (en representación del colectivo Invasorix), María, Odette y Samantha. Consideramos que el proyecto no se hubiera gestado de esta manera sin la multiplicidad de nuestras voces reunidas, sin los encuentros y sensaciones analizadas, sin nuestras reflexiones compartidas.

En este proceso nos reafirmamos desde nuestras experiencias y los comentarios recibidos, en el abismo de conocimiento de nuestras puchas. Son pocos los referentes de nuestros genitales en la cotidianeidad y casi ni contemplamos que existe una diversidad de vulvas. De igual manera, encontramos en común que las experiencias en la infancia y adolescencia nos marcan durante gran parte de nuestro desarrollo emocional y sexual ¿Y saben qué? Nos ha impactado recibir sus vivencias y espejearnos en las múltiples violencias que nos atraviesan en este mundo patriarcal.

Encontramos en sus voces que las agresiones y el desconocimiento son comunes y que a pesar de nuestros diferentes orígenes, compartimos una serie de mandatos sobre la belleza, la sexualidad y el placer que han sido impuestos sobre nuestros cuerpos. Pero a su vez encontramos en el humor y la picardía una rebeldía que desafía todas esas normas, así como una complicidad con los cuerpos de otres con la que nos vamos descubriendo y *autocoñociéndonos.*

Agradecemos que hayan compartido sus fotografías y sentires, aún cuando constantemente somos atacades por mostrarnos. Sus experiencias nos trasladan que el conocimiento de nuestros cuerpos y el comienzo de la sanación ha llegado a nosotres por otras vías: estamos construyendo caminos fuera esta formalidad impuesta. **Y nuestros cuerpos, son ingobernables.**

Presentamos este proyecto como muestra de una pedagogía horizontal, sin necesidad de llegar a un saber *único*, ni a un fin particular. No pretendemos buscar conclusiones, sino ampliar la red de propuestas colectivas. No es un libro de razón científica, ni de Verdades con mayúscula. Este es un espacio en el que buscamos circular los conocimientos y desconocimientos que nuestros cuerpos nos han permitido aprender. Buscamos dar espacio a nuestras voces, a la sabiduría que albergan nuestras experiencias.

La materialización de este libro ejemplifica cómo el compartir entre nosotres continúa siendo el mecanismo contra la homogeneización de nuestras vidas. Por ello, queremos destacar lo agradecides que estamos por la gran aceptación que tuvo este proyecto plural, dada la confianza y la vulnerabilidad que nos habéis transmitido. Entre todes, hemos vuelto a poner de manifiesto que compartir en común sigue siendo la herramienta de lucha que nos impulsa a repensar nuestras vivencias y creencias.

Muy emocionades, les invitamos a que se adentren en la diversidad de imágenes y vivencias expresadas y compartan las emociones generadas con su propio **akelarre.**

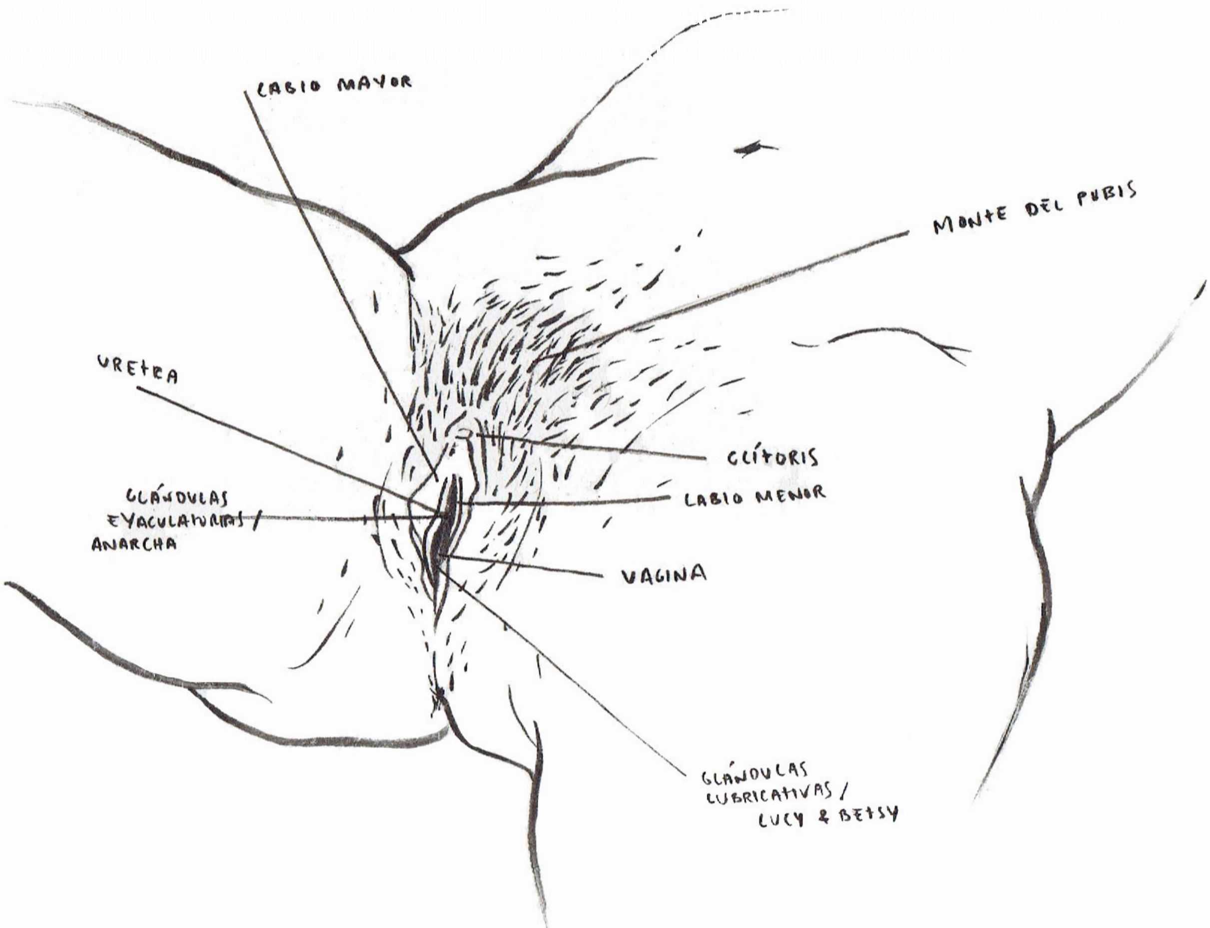
Cuidémonos, sanemos
y resurjamos entre todes.



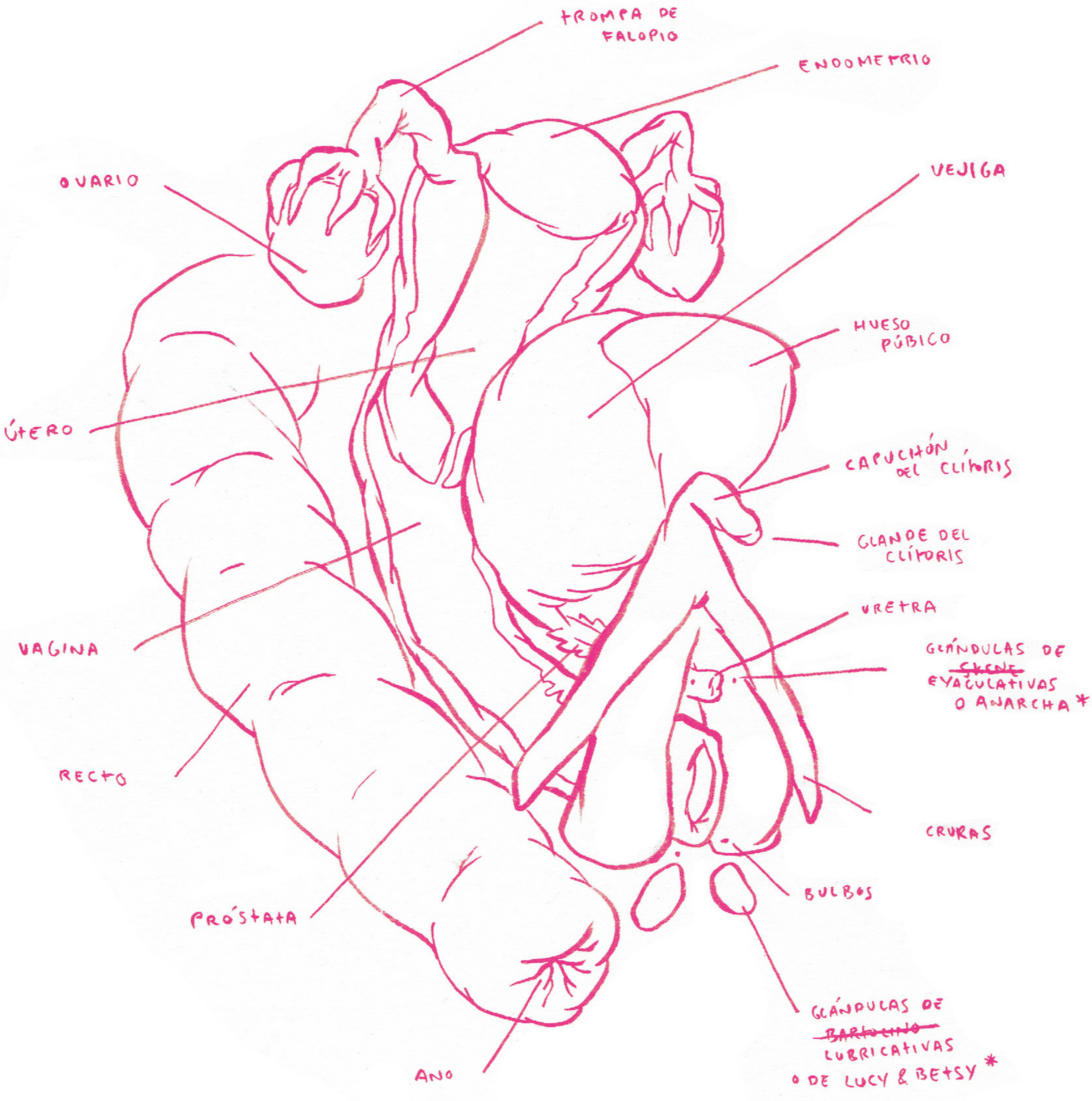
Índice

Holi, soy una vulva

Y estoy formada por la parte externa de los genitales. Soy el monte del pubis, los labios internos y externos, el clítoris y el capuchón del clítoris, la abertura uretral, la abertura vaginal, el himen, la glándula de Anarcha*, las glándulas de Lucy y Betsey* y el vello púbico. La entrada de la vagina es parte de la vulva, pero la vagina en sí no lo es. La vagina es una parte, un pasaje entre la vulva y el útero, aunque no todes les que tenemos vulva y vagina tenemos útero. Este puede ser el caso, por ejemplo, cuando alguien nace con una variación intersexual.



* Tomamos la propuesta de **Klau Chinche** de terminar con el nombramiento colonizador y patriarcal de las vulvas. De esta manera, la glándula eyaculadora o parauretral, antes llamada "de Skene" por el ginecólogo que la "descubrió", la llamaremos Anarcha y las glándulas lubricadoras o vestibulares mayores, "de Bartholino" por el anatomista, las nombraremos de Lucy y Betsey.


TROMPA DE FALOPIO
ENDOMETRIO
OVARIO
VEJIGA
HUESO PÚBICO
ÚTERO
CAPUCHÓN DEL CLÍTORIS
GLANDE DEL CLÍTORIS
VAGINA
URETRA
GLÁNDULAS DE ~~SKENE~~ EYACULATIVAS O ANARCHA *
RECTO
CRURAS
BULBOS
PRÓSTATA
GLÁNDULAS DE ~~BARTOLINO~~ LUBRICATIVAS O DE LUCY & BETSY *
ANO

Anarcha, Lucy y Betsey fueron esclavas negras en los campos algodoneros de Alabama, Estados Unidos, en 1840, James Marion Sims practicó operaciones sin anestesia para entender su anatomía (aunque sí la usaba en sus operaciones con personas blancas). Además les daba opiácios para que estuvieran estreñidas y cantidades ridículas de comida para mantenerlas con vida. A este hombre se le atribuyen posiciones e instrumentos que aún hoy empleamos, como el espéculo. Anarcha, Lucy y Betsey junto a otras 11 o 12 esclavas de las cuales nadie conoce sus nombres, permanecieron 5 años en constante agonía, algunas de ellas sufrieron más de 30 operaciones.

Extraído del documental Anarcha, Lucy y Betsey y las chicas del montón de Klau Chinche.

Y qué decir del nombramiento nominal de estas glándulas por parte de médicos que se creen Colón, apuntan con el dedo y van plantando sus nombres ahí, en el cuerpo ajeno.

Pues esto SE ACABÓ.

Reclamo mi cuerpo, reclamo mi derecho a re-nombrar mis tejidos interiores, sobre todo si están íntimamente relacionados a mi placer y disfrute sexual.

Denominaré a las glándulas al menos de tres formas, una relacionada a su ubicación físico-anatómica, otra relacionada al tipo de secreción que segrega, y la tercera en memoria de victimas carnales del macabro teatro ginecológico.

Estética

Normalmente los cánones de belleza invaden nuestros imaginarios, nos persiguen y buscan instalarse en nuestros cuerpos. Nos generan dudas sobre nuestra apariencia física e incluso inseguridades a la hora de relacionarnos con otres. Estos cánones se extienden por cada centímetro de nuestra piel, y las vulvas no se han librado de ellos. De hecho, el minimalismo se ha colado en el modelo ideal de los genitales femeninos: una raya fina, labios simétricos, blancura y sin vello.

El pubis limpio que pregona el modelo dominante de la belleza genital, sin duda se ha alimentado de las imágenes reproducidas por la pornografía, cuya obsesión con las vulvas depiladas es la negación del crecimiento y del paso del tiempo en el cuerpo. La negación de que en el cuerpo de las mujeres está lleno de vida y que ahí también crece el vello, que los genitales se transforman con el paso de los años, con el clima y con las situaciones por las que estamos pasando.

La homogeneización de los genitales se refuerza en la educación que recibimos, unos cuantos dibujos de los sistemas reproductores que poco hablan de la diversidad. De hecho, es común que se relacione el canon de belleza con salud y "normalidad". ¿Cuántas no hemos sentido que hay algo raro en nuestras corporalidades? ¿Cuántas veces no ha pasado por nuestra cabeza el cambiar algo de nuestro cuerpo? Mientras los dibujos e imágenes de penes son comunes, son pocos los referentes que tenemos sobre las vulvas. Esta invisibilización de nuestros genitales, aunado al tabú que existe para hablar de las vulvas, es una forma opresiva de negarnos el aprendizaje y reconocimiento de nuestro principal territorio: el cuerpo, la cuerpa, le cuerpe.

En cuanto a la estética genital, existen diferentes preocupaciones: el tamaño, el color, el olor, el vello. Podríamos empezar por desmontar el mito de la simetría. Es común que la apreciación estética esté atravesada por un gusto por la simetría; sin embargo, en la naturaleza ésta no es el común denominador. Por ejemplo, la mayoría de las personas tienen un pie más grande o un pecho más grande. Esto también se traduce a los labios interiores y exteriores. Las vulvas tienen una morfología diversa, tan diversa como lo son las montañas, sus relieves y distribuciones las hacen únicas.

La preocupación o la inseguridad por la asimetría o por el color de las vulvas, ha llevado a diferentes personas a pensar que sus genitales no son “normales” o “saludables”. También, hay quienes recurren a operaciones como la labioplastia o la clitoroplastia, dos tipos de cirugías estéticas para embellecer los labios genitales y para reducir el tamaño del clítoris, respectivamente. Incluso se ofrece el rejuvenecimiento vaginal, de modo que se intervengan los genitales para “mejorar” su apariencia y revertir los cambios que ha vivido el cuerpo.

No pretendemos hacer una crítica de quienes deciden operarse o hacer intervenciones como la depilación, pero vale la pena discernir el porqué lo hacemos. Hay para quienes el depilarse es mucho más cómodo que dejarse el vello púbico. Lo importante es que las decisiones de modificar o intervenir nuestros cuerpos sean libres y tomadas desde un amor propio y no un desprecio por nuestras superficies, texturas, colores y marcas, ni tampoco desde la presión ejercida por les demás.

Una vulva tiene una estética particular. No se trata de simetrías ni de el orden acostumbrado. Su belleza radica en que siempre será única, diferente a alguna otra: sus relieves ofrecen un espacio para perderse y embriagarse, para aventurarse a un mundo que está en constante descubrimiento. En este apartado compartimos experiencias sobre la depilación, dudas sobre los labios e inseguridades, pero también una dosis de mucho amor y reconciliación con nuestras propias geografías corporales e historias.

Cuando era más joven concebía a mi vulva como "bella" ya que los labios menores no se notaban, pero aun así, sentía que los labios mayores estaban un poco gorditos. Hace cinco años, me golpeé con una bici en la glándula de bartolino izquierda y dos años después del golpe tuvieron que extirparla. A raíz de esa cirugía mi labio interno izquierdo quedó salido y con un orificio, y ese momento fue muy muy difícil para mí, me sentía muy mal, muy indeseable, hasta yo misma me llamaba deforme, y eso me hizo muchísimo daño, yo me hice mucho daño. El orificio que quedó se hizo más grande y cuando fui con la ginecóloga 1 (que fue la que me quitó la glándula) me dijo que, si no me gustaba el labio así que me lo cortara, que es algo muy común entre las mujeres, yo no quise y busqué una segunda opinión. La ginecóloga 2 entendió que no quería extirpar mi labio y entonces intentamos suturarlo para que no se rompiera, pero rechacé la sutura y al final tuvimos que cortarlo. Ahora me siento mucho mejor y más tranquila con cómo luce mi vulva pero todo ese proceso de casi cinco años fue muy muy duro para mí porque me percaté de cómo somos bombardeadas con ideas de cómo "deben de" lucir nuestras vulvas, si tienen que oler a flores, ser rubias y blancas, etcétera. Este tema me parece mucho muy importante de hablar y enunciar, ya que podemos llegar a desmontar las ideas hegemónicas que son usadas para controlar nuestrxs cuerpxs. *Ingrid*

Todas son diferentes

Cuando vi mi vulva por primera vez me espanté. La vi más morena que el resto de mi piel, con “cosas” colgando y hasta encontré un lunar que pensé que era cáncer o eso. En la escuela no me enseñaron a observar, apreciar y aceptar esos detalles. Hoy creo que es hermosa y que, como nuestro rostro, es única y es parte de quienes somos. No cambiaría nada de ella: sus labios son asimétricos, su color es moreno, sus pelos la adornan y la cuidan perfectamente, su lunar es muy coqueto, el clítoris es un juguetón y todo es bien bonito.

La primera vez que la vi con un espejo me impacté porque nunca había visto una, era niña, me di cuenta lo acostumbrada que está una a ver penes y pocas vulvas. Ahora pienso que es muy bonita pero no sé si hay un Canon de belleza.

Nunca he sentido que tengan que cumplir con algo, veo que también todos los hombres tienen características diferentes y nunca he pensado en algo estándar cuando quiero tener sexo.

Sí, mi

V

**También recuerdo cómo de curioso me resultó la primera vez que tuv
cómo la suya era completamente diferente a la mía: sus labios menore**

ulva es grande. Siempre ha estado abierta y gorda. Cuando empecé a tener sexo, me sentía insegura sobre los comentarios que pudieran surgir sobre ella. Me entristecía pensar que la totalidad de gente con la que me relaciono en lo sexo-afectivo ha sido, hasta ahora, gente con vulva, y que, aun así, pensaba que podían generarme insegu-ridades por mi coño.

e relaciones (no siendo una niña) con otra persona con vulva, viendo es no sobresalían, el capuchón del clítoris era distinto...

¿Expuestas? Sin duda alguna. La primera vez que me depilé tenía nueve años, no sabía qué estaba haciendo, sólo que tenía pelo y que tenía que eliminarlo. Nueve años.

¡Nunca me entusiasmó la depilación en esa zona porque duele un montón! Siempre pensé qué me había hecho mi pobre vulva para merecer eso, así que las pocas veces que me depilé (unas diez en mi vida de 30 años), fue con cera y hasta ahí no más -un buen cavado, diría la señora que me depiló-. Respecto a la comodidad en los encuentros sexuales: si te gusta el durazno bancate la pelusa. Si no, chau. Pero bueno, también la mayoría de los míos fue con vatos de otros países, quizás también sentía menos presión por eso, entraba en juego lo exótico ponele.

La primera vez que me depilé fue porque buscaba validación por un vato con el que me había propuesto coger por primera vez. Luego me enojé y me tatué el coño porque en definitiva todo lo mal que me había hecho sentir esa situación no la quise replicar, cuando me tatué, fue mi decisión para de ahí en adelante, coger desde el poder de mi pucha. Aunque a veces amo sentir mis labies pelonas, me excita cuanto me masturbo. Amo mis pelos, me tranquilizan cuando ando tensa.

La teoría me la sé, estoy en un proceso de reconstrucción contínua pero sigo sin poder verme igual de bien y de sentirme igual de segura con pelo.

We are taught at a young age to think having hair is gross. we are forced into waxing, removal, and shaving. I have been a victim of that as well. It took years to regain confidence in my body hair. I believe it steams from the Purity myth where young girls are exulted and thought of a s pure whenever I have no hair down under I feel like someone who hasn't reached puberty and it concerns me how our society normalizes this without critiquing it.

Mis pelos son morenos y cuando era pequeña creo que en algún momento me hicieron ver que se veía feo. Debía tener 8 o 9 años cuando cogí una cuchilla de mi padre y me depilé un brazo entero. Mi madre me pilló en el baño y me retó. A partir de ahí empezó a tintármelos de rubio para que se vieran menos. No me terminaba de gustar porque se notaba mucho que no era natural. Más mayor empecé a hacerlo con cera en piernas, ingles y axilas. Los de los brazos conseguí aceptarlos. Pasé de la cera a la cuchilla por economía y por sufrir menos. Luego una temporada de láser para olvidarme para siempre como decían. Y ahora me sigo depilando pero con mucha menos asiduidad, sobre todo piernas y axilas. No llego al punto de no depilarme pero ahora me siento menos limitada que antes porque no dejo de hacer cosas por no estar depilada principalmente y también porque mi autoconcepto ya no es a más pelos menos feminidad, acepto mis pelos como parte de mí y con una función en mi cuerpo.

Soy una morra súper peluda y si me empecé a depilar fue por presión social, porque, aunque ni me acuerde cómo, desde siempre supe que los pelos de la vulva, de las axilas, de las piernas no estaban bien para una "mujer bien" pero siempre era un suplicio tener que depilarme cualquier parte del cuerpo. Así que lo dejé de hacer, poco a poco. Al principio me sentía muy insegura saliendo a la calle con mis pelos al aire, empecé por la vulva (que igual casi nadie ve), continué con las axilas y finalmente me atreví a usar falda sin depilarme. ¡Qué felicidad! Ya no recuerdo la última vez que me depilé.

MI VELLO ES MÍO.

Un día cuando tenía como 12 años fuimos a la playa con mis primas y me llevaron aparte porque se me veían los pelitos de la vagina. Me dijeron que era asqueroso, que por qué no me había depilado todavía. Odié mucho mi cuerpo velludo y a mi mamá por no haberme comprado cuchillas. Luego descubrí lo engorroso de la depilación, pero igual lo hacía porque me daba miedo no ser aceptada. Cuando empecé a tener sexo, me dolía el roce, y me daban infecciones a cada rato.

Después de conocer nuevas posibilidades de ser en mi cuerpo, descubrí que me gustaba ver mi vulva peludita y si quería cortar algunas partes o no, dependía de mí y mi comodidad. Ahora nunca me dan infecciones y el sexo no me deja irritada.

¿Para qué depilarse, sobre todo para otra persona (además que el vello está ahí para protección de irritaciones, etc.)? Si te dicen algo al respecto simplemente dices orgullosa, esta es mi flor con todos sus encantos.

Personalmente me gusta más sin vello, somos la generación de la depilación láser.

Tengo los labios internos de la vulva grandes. Cuando en la pubertad me empezaron a crecer me asusté, me escondía de mis amigas para que no lo notaran, usaba pantalones flojos para que no se marcara, incluso pensé por algún tiempo que tal vez era hermafrodita. En los libros de anatomía, en las pinturas y esculturas, en el porno, en todos lados la vulva siempre es representada como una fina rayita. Siempre pensé que la forma de la mía era un defecto, y soñaba con ser rica para poder pagarme una operación estética para cortar esos pedazos sobrantes. Hasta hace algunos años que he hecho las paces con esa forma, me ha servido mucho ver fotos, leer testimonios y hablarlo con mi pareja para entender que es completamente normal y que hay muchas vulvas como la mía. *Regina*

¡Me encanta/encanto! Con los años he aprendido a vivir en soledad y eso incluye autoconocerme y cuidarme como merezco... Sigo a @escuelaperifericas ellxs sí que me han ayudado en mi transición y autoCOÑOcimiento.

Una vez mi ginecólogo sugirió alterar uno de mis labios mayores ya que por ser uno mayor que otro llega a inflamarse de más ante la fricción durante el sexo, me pareció una buena solución, pero extrema ya que hay más opciones antes de llegar a una cirugía, como mejor lubricación y posiciones donde estoy más cómoda.

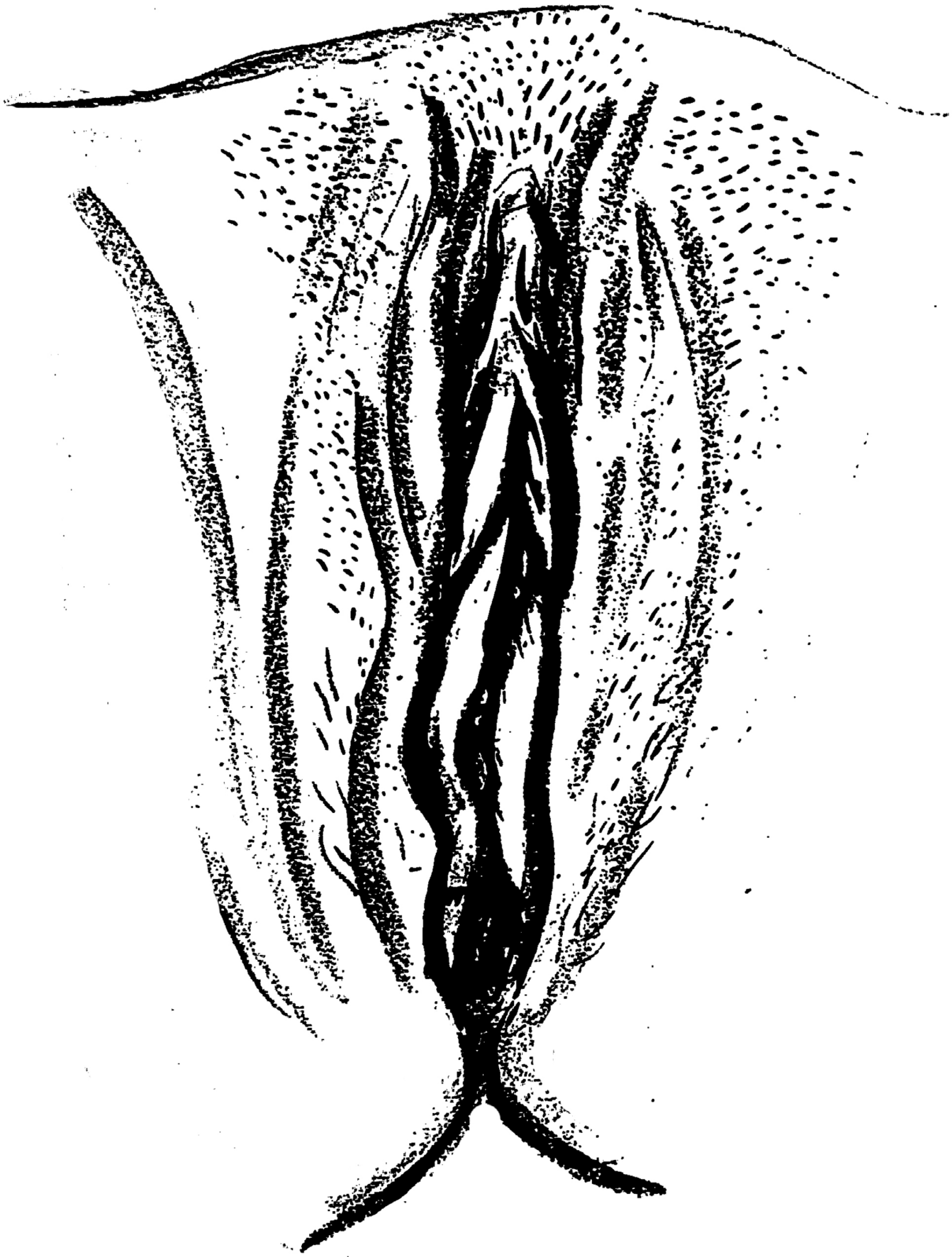
Recuerdo cuando me enteré de las operaciones estéticas de disminución de labios para cumplir con los cánones del porno. No pude quedarme más horrorizada. Me gusta mi coño.

No puedo decir que siempre me lo había cuestionado, pero recuerdo cuando era más pequeña un día explorando mi vulva me llamó la atención que mis labios y clítoris eran muy pronunciados. Me obsesioné con ello, me pasé horas buscando fotos de "vulvas bonitas" y agobiándome porque la mía no se parecía a esas. Hasta busqué información sobre cirugías estéticas de vulva, afortunadamente nunca he sido una mujer con muchos recursos económicos por lo que tuve que descartar mi obsesión con ello. Después, explorándome y conociéndome encontré que mi vulva es perfecta como es, mis labios y clítoris tan pronunciados me brindan un placer increíble cuando les toco y juego con ellos. Todas las vulvas son diferentes y maravillosas. *Pumono*

¿Te depilas? ¿Te sientes expuestx o forzadx a hacerlo? ¿Te sientes más segurx, cómodx sin vello?

¿Consideras que se tiende a perseguir un estándar de belleza de las vulvas?

¿Cómo ha sido la relación con tu vulva?

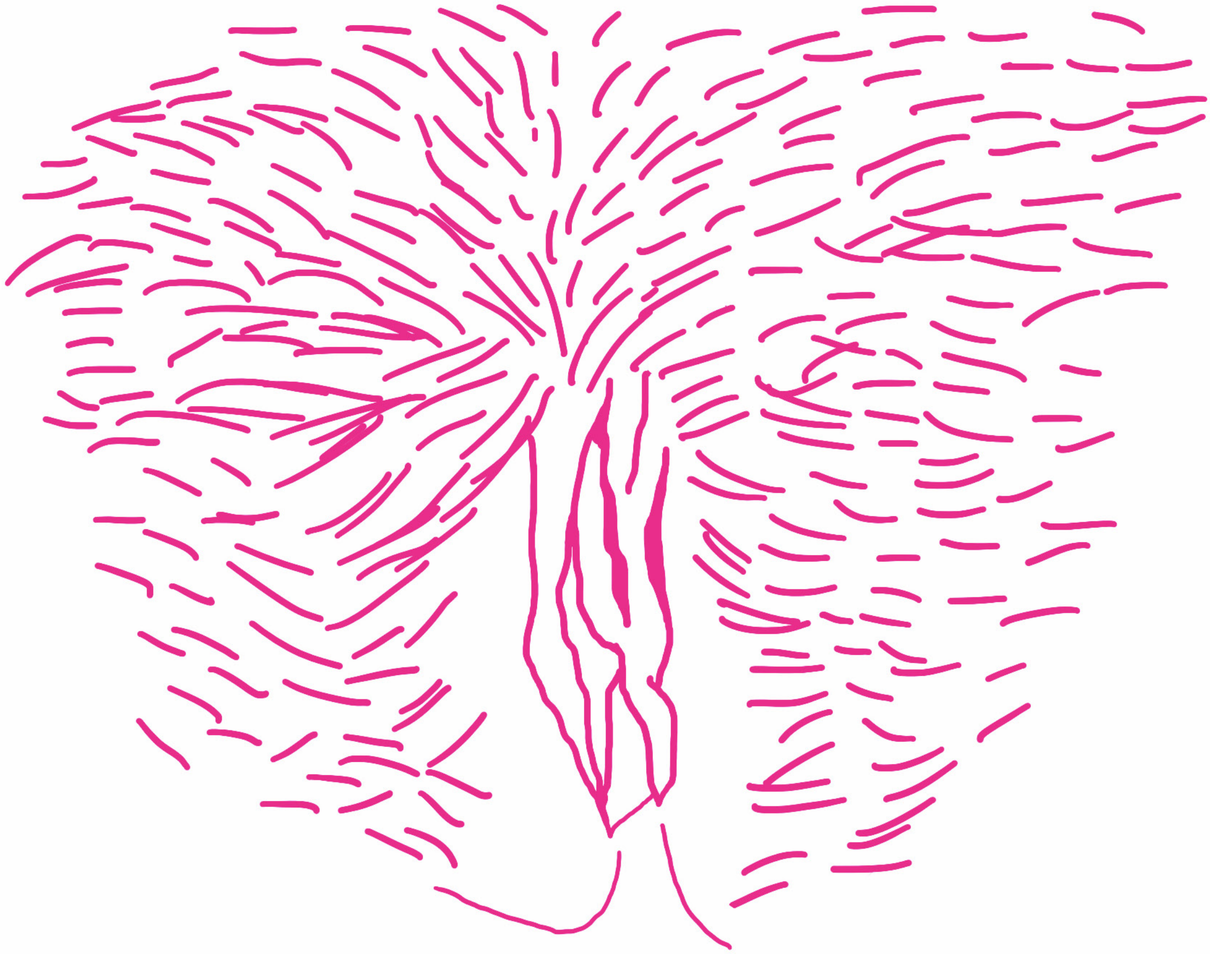










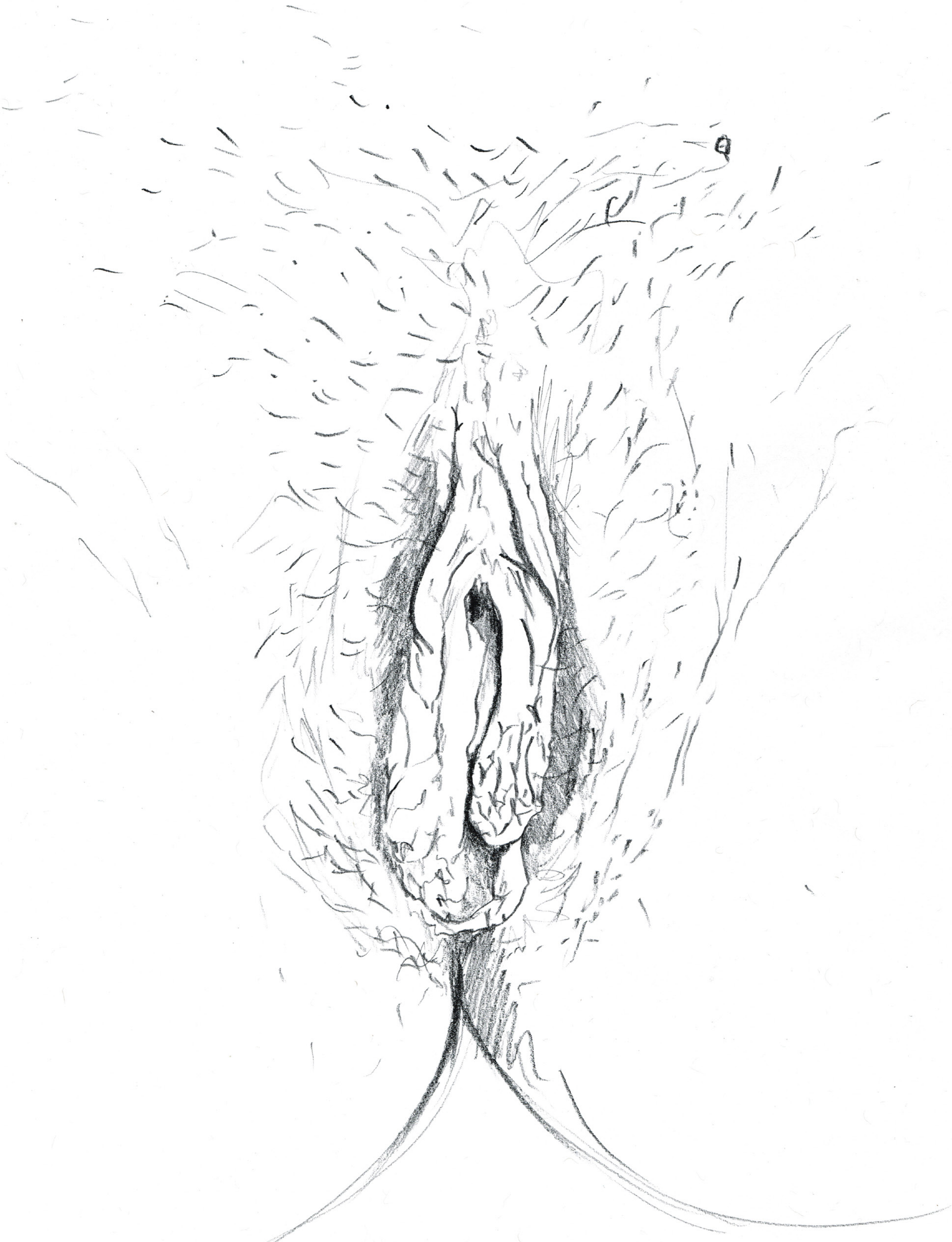


Me pone a pensar el hecho de que todo lo que había aprendido de sexo era a través de una pareja, pero nunca me había tomado el tiempo de autoexplorarme y regalarme tiempo y paciencia para ver qué me gustaba a mí, sin la intervención o juicio de otra persona, todo mejoró el día que me di esa oportunidad.

















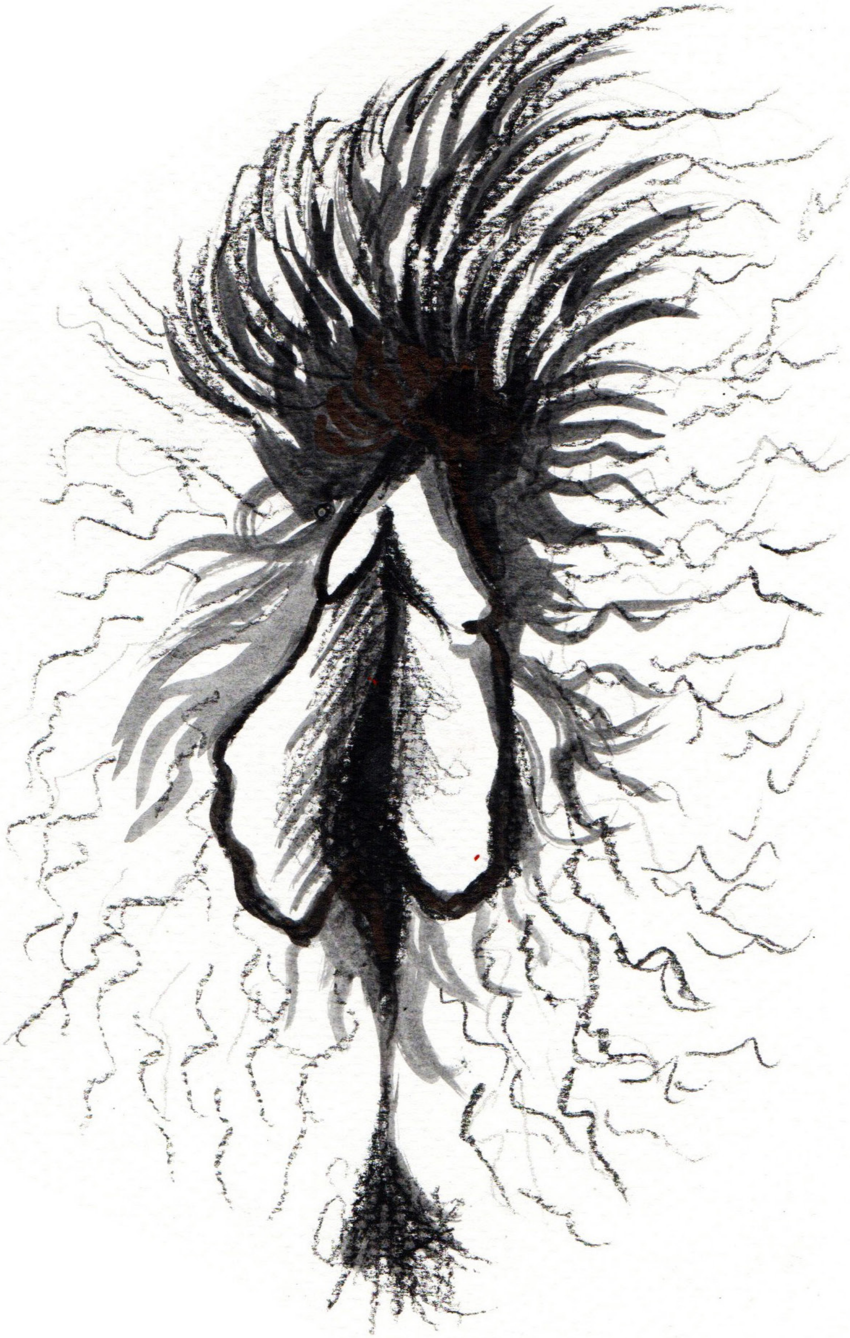
Azucena



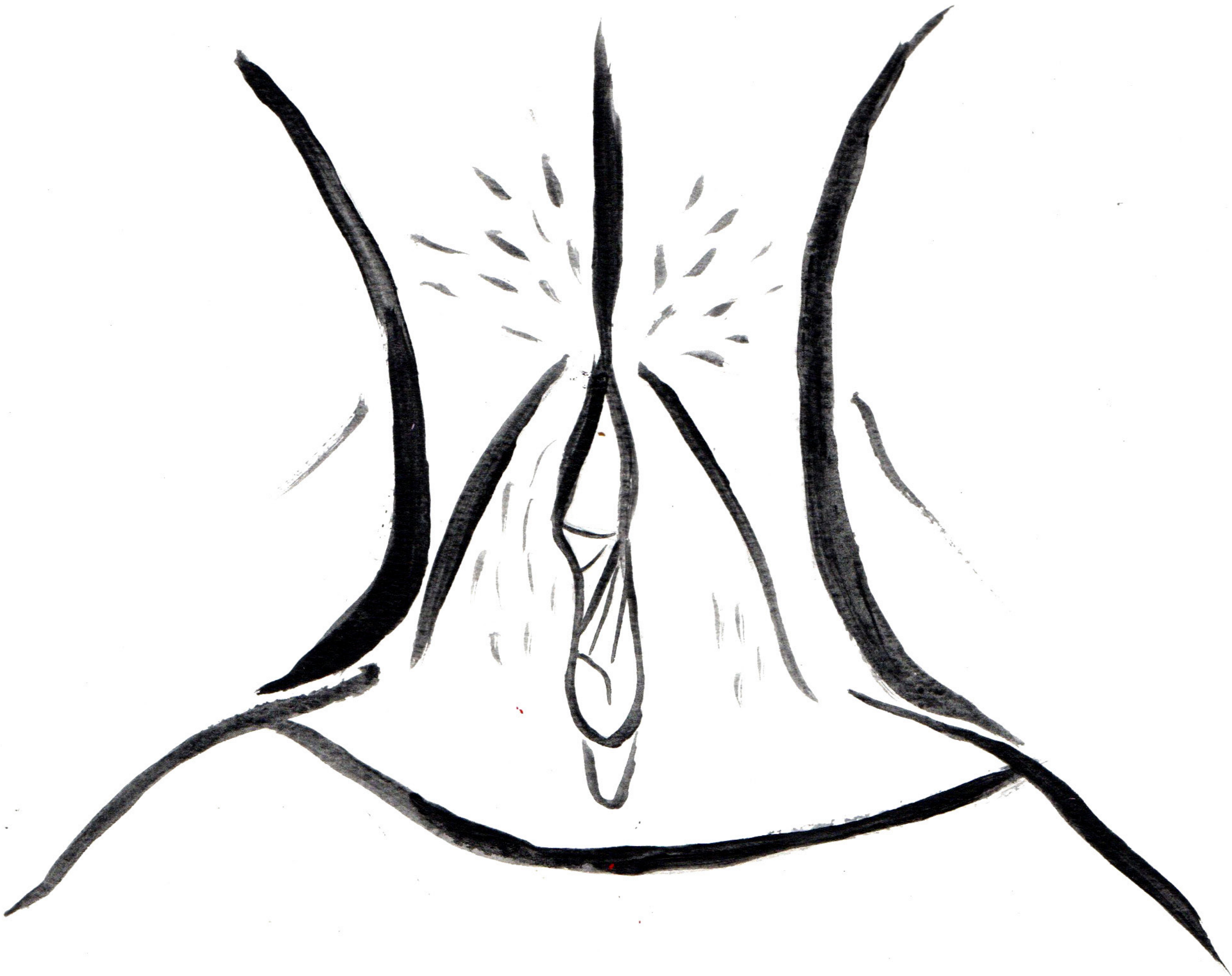




Leí un texto que hablaba de cómo las creencias afectan nuestras posturas corporales, antes se creía que el clítoris era un pene no desarrollado, por lo tanto, da pena, lo ocultamos con la ropa, cerrando las piernas e incluso cruzamos las piernas, para no mostrar nuestra vergüenza. Sin embargo, los hombres hacen lo contrario, pues están orgullosos de que sí se desarrolló su pene, lo anterior me hizo reflexionar y empecé a despreocuparme por cerrar las piernas y más por estar cómoda.



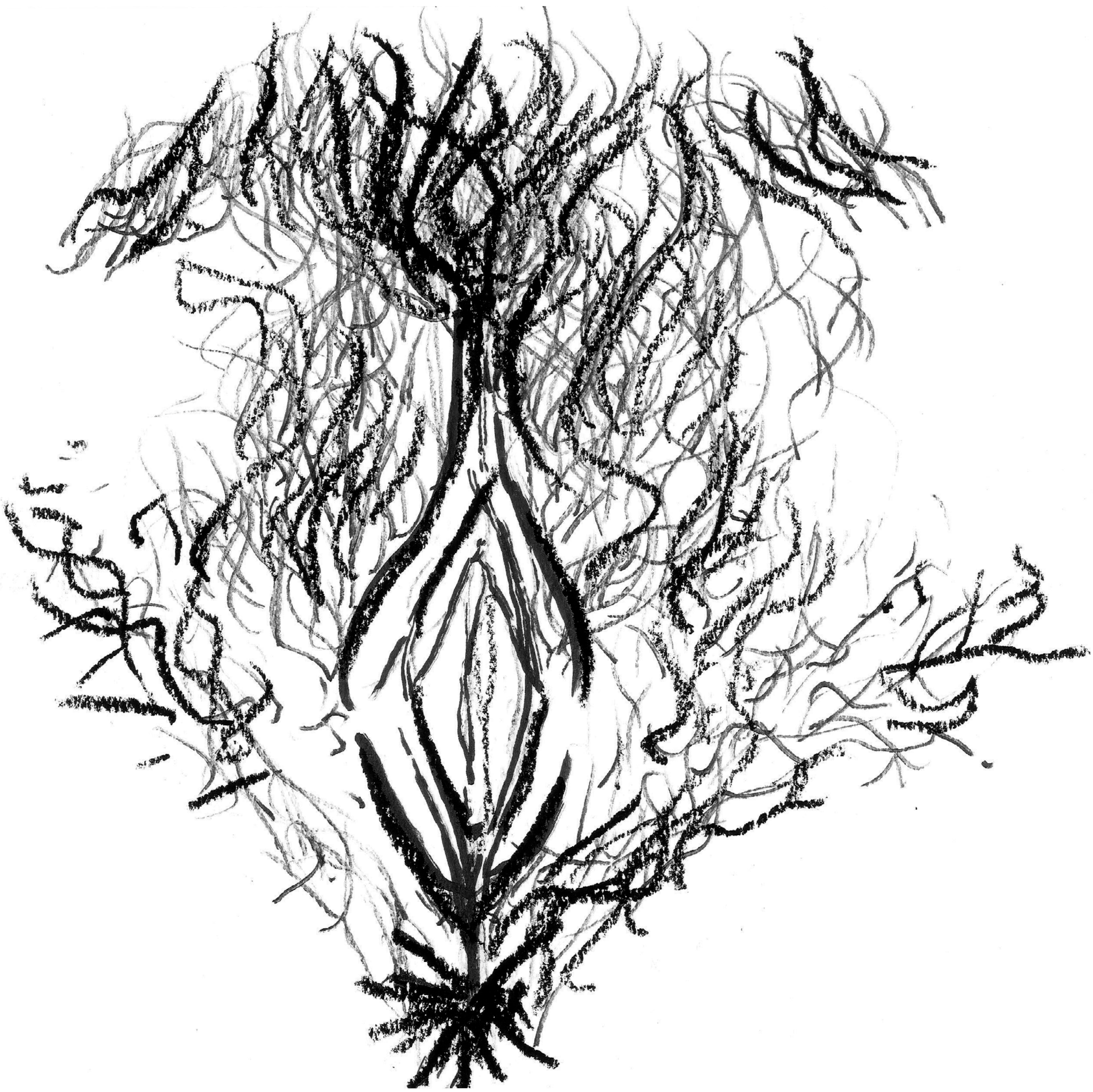
















Placer

por INVASORIX

Aterrizando desde nuestro planeta Nepantla sentimos que la gravedad terrícola nos permite frotar nuestrxs cuerpxs, en toda la extensión de su revestimiento dérmico. Caímos en cuenta de que si te tocas abajo, arriba, en medio lo sientes en todx lx cuerpx. El placer viaja cercano y lejano, nos mueve preguntarnos Qué y Cómo sería si...

¿Qué sería si el placer NO estuviera restringido a algunxs pocxs cuerpxs ni reducido a las zonas sexuales? Tal vez sería un placer que se juega entre la mezcla de sensaciones de la triangulación que se forma entre el ano, la vagina y el nies (ni es ano, ni es vagina); en las exploraciones de juguetes sexuales en su variedad de formas y materiales; en las relaciones interespecies que permiten sondear, escuchar, senti-pensar lo no-humano para entrar en sintonía con los ritmos planetarios, como dicen Annie Sprinkle y Beth Stephens en su proyecto Sexecology **"¡LA COMPOSTA NOS PONE MUY CALIENTIX Y EL AGUA NOS PONE MOJADIX!"**

¿Qué sería si el placer de unx cuerpx de hacerlo con dolor o infligiendo algún daño NO se practicara sin consenso? Expresando claramente cómo queremos jugar los placeres. El sadomasoquismo es un goce para algunxs cuerpxs: de entregarse a sus sensaciones, de des-identificarse, de jugar, de divertirse, de liberar estrés y emociones encontradas. Eso sí, siempre y cuando se practique únicamente de manera voluntaria y consensual. Núnca, y lo repetimos, NUNCA debe confundirse con la agresión sexual o con cualquier acto de violencia NO deseada.

¿Qué sería si el placer NO estuviera disfrazado y cooptado por corporaciones para alimentar las lógicas del capital? Es hora de desenredar el placer y separarlo del lucro; detener la promesa de placer en forma de consumo de mercancías que dan beneficios a muy, pero muy pocxs mientras oculta o encubre el trabajo personal, colectivo y político que hace posible el placer.

♪♫♪ EL PLACER SE COMPARTE PARA LUCHAR ♪♫♪

¿Cómo sería si el único placer practicado con otrxs cuerpxs fuera de manera consensual? Al estremecerte con las partes de tu cuerpx que se comunican entre sí cuando sientes placer, te sensibilizas para percibir los diversos placeres de otrxs cuerpxs. Visualiza las rutas del placer en tu cuerpx y después con otrxs.

¿Cómo sería si se recupera el placer de sentir el mundo? Este placer evoca cambios; cambios de cómo nos relacionamos con nosotrix mismix, con lxs otrxs cuerpxs, con nuestro entorno para recrear lo que se perdió: la confianza, el cuidado, la ternura, la capacidad de amar, tocarse, lamerse, conectarse, reciprocar, desear, resistir...

¿Cómo sería si el derecho al placer se concediera a todxs lxs cuerpxs, criaturas y seres planetarixs? ¡Hay tantas formas de placer, tantos materiales y tantos sentidos! vegetales, olores, texturas, prendas, ritmos, sonidos, ambientes o paisajes que ponen.

♪♫♪ EL PLACER SE COMPARTE PARA RECREAR ♪♫♪

¿Cómo sería si el placer fuera considerado dentro de una amplia gama de emociones y expresiones y no como la mera ausencia de dolor? Explóralo, sondéalo, siéntelo, compártelo: contigo mismx, con otrx/s cuerpx/s, en manada; potencia el placer con otrxs.

¿Cómo sería si nos dejamos fluir en el placer que nos invita a mover, abrir y crecer? ¡¡¡Hay millones de puntos para el (auto)placer y muchas aguas por salir!!! Lxs cuerpxs están llenxs de hoyos y receptores: sentir placer ¿en cuáles te dan cosquillas? ¿cuáles te mueven para cambiar junto con otrxs cuerpxs lo que te duele?

¿Cómo sería si nos sintiéramos segurxs y respetadxs en los placeres que buscamos? El reto es aprender a sentir cuando algo es bueno para ti para que puedas saber cuando es suficiente o cuando no lo es. Lxs cuerpxs son las sedes y ejes del placer y así tienen todo el potencial para resistir y sanar tanto de manera personal como colectiva.

♪♫♪ EL PLACER SE PRACTICA PARA ENDULZAR ♪♫♪

La vulva es fascinante, mi vulva es mágica, cambia a cada roce. A veces tiene pétalos, tentáculos o dientes. A veces es un bosque, a veces es el mar. A veces está entre mis piernas y a veces palpita intensa entre mis pechos.

Con unos diez años recuerdo coger habitualmente un espejo de mi madre y mirarme la vagina en el baño. Después se me olvidaba dejarlo en su sitio y mi madre siempre me decía "¡el espejo es para mirarse la cara, eh! ". De la que me *autocoñocía* mirándolo noté que daba gustito al rozar, y no paré. No sé, muy normal supongo :)

Autoplacer desde pequeñes

Me masturbo y tengo orgasmos desde los 12 años. Empecé a hacerlo accidentalmente con un oso de peluche y no sabía que se llamaba "masturbación", pero sabía que era algo no aceptado porque mi mamá una vez me vio y se puso incómoda y nunca más me habló de eso hasta el día de hoy: tengo 28 años.

Desde los tres años exploraba mucho mi vulva, de hecho cada labio era un personaje distinto y los ponía a interactuar entre sí, creaba diálogos e historias. Como a los ocho años mis primas más grandes me besaban y nos tocábamos, me gustaba mucho esa cercanía aunque no sentí excitación sexual. A mis 13 años tuve un orgasmo por autoexploración, me asusté mucho pero en adelante no podía faltarme al menos un orgasmo cada día. Desde que tomé consciencia de que mi cuerpo es mío, me di cuenta que mi piel toda es muy sensible, más el cuello, la espalda y el vientre. Me gusta decir que tengo muchos clítoris por todo el cuerpo. He dado talleres de clítoris y es hermoso tocarnos en manada, cada una tocando su cuerpo, muy junto a la otra. Me gusta el disfrute en manada. ***Ammatista***

Desde pequeña me sexualicé de manera natural. Con los años me di cuenta de que esa sexualización nacía de abusos tempranos. Siempre hablé de mi vida sexual. De hecho, es mi conversación favorita cuando ando con colegas. Me identifico como asexual en momentos en los que los traumas relucen. Se me paraliza el deseo de compartirme con alguien porque los códigos en mente siguen estando inspirados en experiencias que me gustaría poder aniquilar de mi mente. Mi mejor aliada es la masturbación, ya que es el único momento en el que me siento más conectada con mi cuerpo. Masturbarme delante de otres en momentos de intimidad también me hace escapar de esa relación fallida que mi vulva ha tenido hacia el exterior. Siguiendo con esa línea, nunca he sentido que mi cuerpo tuviera nada bueno que aprender de la información que he tenido hasta hace bien poco. Saber que mi autoconocimiento ha estado fundado en los cuerpos de personas negras esclavizadas y violadas me ha hecho buscar alternativas para saber más de mi cuerpo a través de conversaciones y páginas disidentes.

Mis xadres fueron, sin quererlo, bastante represivxs de mi deseo. Cuando empecé a experimentar deseo sexual consciente me castigaron por “sextear” con un muchacho de mi edad (leyeron mis chats a los 14/15 años, donde un chico me decía las cosas que me haría y yo respondía “jaja” porque no sabía qué decir). Desde allí desarrollé un rechazo a la sexualidad, no me gustaba nadie, le daba besos a chicos como rito de pertenencia con mi grupo de amigas pero sin ningún tipo de interés y hasta sintiendo el sexo como una amenaza. A veces me tocaba un poco y me daba cuenta de que era placentero pero lo dejaba inmediatamente. Creo que recién a los 24 años, después de cortar la relación con mi primer novio (en un contexto de violencia psicológica y sexual del que me costó recuperarme) me atreví a masturbarme y comenzar un camino de reconocimiento de mi propio deseo. Y mi fuente principal de información fueron mis amigas y espacios de redes sociales feministas en los que otras personas con vulva compartían sus experiencias.

Como mujer trans, no menstrúo. Pero desde los 14 años, la luna llena me pone histérica y me dan migrañas, así cada vez que toca la luna llena, prefiero guardarme porque me pongo a gritar del dolor y no soporto mi cuerpa.

No hay una sola forma de relacionarnos con nuestras vulvas

Mi relación con mi vulva aun es muy extraña. Si bien he podido conversar de estos temas con amigas y otras mujeres, siguen sucediendo cosas que no entiendo. Me falta formación, me falta informarme. Todo lo hecho con respecto a masturbación, ha sido ensayo-error.

Pese a la carga de testosteronas que tengo, no he sentido ganas de hacerlo la verdad. La primera vez que lo hice tenía 11 años, no hubo culpa, no hubo odio, no hubo placer, fue un meh. Intenté frotarme, intente introducir mis dedos, acariciar mi clítoris pero nunca hubo orgasmo, no hay deseo por mi vulva. Es un meh. A veces sospecho que es porque no quiero tener una vulva, a veces creo que soy diferente a les demás. Sin embargo, a veces me ha sido útil para saber si todo va bien allá abajo, si algo duele, si algo está bien o está mal.

Disfruto muchísimo masturbarme, lo hago por lo menos una vez al día. Sobre todo me gusta estimular mi clítoris, mucho más que introducirme los dedos. Me encanta sentir las formas en las que se mueve mi cuerpo cuando lo hago, y sé que mi vulva es feliz cuando la estimulo. Hay veces que solo pensar en tocarme ya me hace excitarme. La masturbación está tan estigmatizada que no con todas mis amigas puedo discutir al respecto, además de estimular mi clítoris me gusta frotarme con una almohada. Estoy ansiosa por probar la masturbación con un succionador de clítoris, tampoco he probado con un dildo o vibrador. ***Pumono***

Yo no había tenido una relación íntima con mi vulva hasta este 2020. Creía que la masturbación era algo súper común en hombres, sin embargo, jamás me había vislumbrado haciendo algo como tal en mis órganos sexuales, puesto que ni siquiera me conocía o me había autoexplorado. También pensaba que sólo el coito o un cunnilingus era lo más que se podía hacer por ella, siempre en función de que alguien más lo hiciera. Luego me dispuse a investigar más acerca del placer femenino a raíz de mi último rompimiento y disposición a no querer relacionarme sexo-afectivamente con nadie en lo venidero. Leí acerca de la anatomía femenina y también de blogs sobre cómo estimular la vulva. Fue ahí donde empezó este hermoso y riquísimo recorrido.

Me gustó el día que descubrí que podía alcanzar un orgasmo simplemente acariciándome las manos. Entendí la sensibilidad de la piel y el poder de la mente, y aprendí que el placer no se centra en la zona genital. He explorado más partes de mi cuerpo, el cuello, los pezones, las axilas y a veces prefiero que mi pareja se concentre ahí y deje a un lado el clítoris. Bailar me hace conectar con el cuerpo, mover las caderas y la cintura. El reggaetón me gusta por eso, porque siento que al perrear estimulo y libero las partes del cuerpo que más guardan energía, sensaciones y placer. Regina

Nací como parte de la hipersexualización de los 90', mis primeras fantasías fueron violaciones. Hoy, desde mi rol como sanadora de mis emociones, he evidenciado la tracalada de trastornos que habitan en la conexión entre el estímulo mental y físico que practicamos todavía. Mi conciencia me ha mostrado el camino de la virtud, ahí he encontrado y practicado la sacritud que habita originalmente mi relación con mi vulva. *Yanet Miranda*



Educación sexual para disfrutar

Descubrí que mi cuerpa me daba placer en la masturbación cuando tenía como siete años. Y la verdad nunca me sentí acomplejada, lo que sí, es que mi madre se dio cuenta que me andaba frotando felizmente en todas partes de la casa... Sobretodo en el brazo de un sillón. Recuerdo haber sido guiada, me dijo que cuando lo hiciera, lo hiciera sola y que tuviera cuidado de en dónde ponía mi genital, pues me podía dar alguna infección. Me llevó a un par de charlas de sexualidad y la verdad yo no entendía nada. En retrospectiva, mi jefa me ayudó un chingo a confiar en mi cuerpa. Actualmente, vivo mis ciclos sexuales con varia gozadera, uso juguetes, me veo al espejo y me doy tanto placer quiera, estando en pareja o no. He aprendido a ser dueña de mi placer.

En la adolescencia nunca recibí información sobre lo que era la masturbación, siempre fue un tema tabú para mí. Comencé a masturbarme cuando tenía como 20 años, sin embargo, las relaciones sexuales las inicié a los 15. Creo que si yo hubiera tenido información sobre la masturbación, probablemente no hubiera iniciado las relaciones sexuales a tan temprana edad.

Mi coño, mi experiencia sobre los orgasmos, el autoplacer, lo descubrí después de una ruptura amorosa que fue clave. Me di la libertad de explorar, y explorarme, y empecé a romper mitos populares con amigxs. De partida algo tan básico como los juguetes sexuales, corregir a quien dijera que tengo un consolador, NO, es una bala, un vibrador. No es un consuelo masturbarme, es una expresión hermosa de conocerse. ¡A romper mitos y lenguajes! Educar más, compartir más.

A mis 30 años sigo trabajando en los placeres de la zona. El ano siempre me ha parecido complicado porque es por naturaleza desagradable y siempre pienso que el mío es feo. Sin embargo, entre más lo veo y lo nombro, comienzo a amarlo y aceptarlo más. Quisiera que se tomara a los pezones como algo básico en la vida de todos, que dejaran de ser algo extraordinario para las mujeres. Que se les dé la importancia que merecen y que se deje de lado que entre más grandes es mayor placer. El internet me ayudó demasiado a liberarme de ideas y comenzar a explorarme. Deberíamos tener información aún más accesible.

La masturbación femenina en el entorno que crecí ha sido muy reprimida. Todas decían no masturbarse entendiéndolo como indigno, asqueadas y como algo que solo hacen los hombres. Las veces que lo probé en mi adolescencia no fue placentero, seguramente por falta de estímulos que me excitaran. Las escasas veces que algún estímulo pudo excitarme y me animé a tocarme terminaba siendo tan largo encontrar el placer que me parecía aburrido. Mi relación con la masturbación femenina, que no con el sexo, empezó a ser placentera y muy disfrutable alcanzando la joven vida adulta al conocer a una pareja que aceptaba totalmente mi sexualidad y mis inquietudes, que me animaba a no sentir vergüenza, a expresar mis sentimientos, deseos, apetencias o fantasías y validarlas.

Cuidado y amor con otres

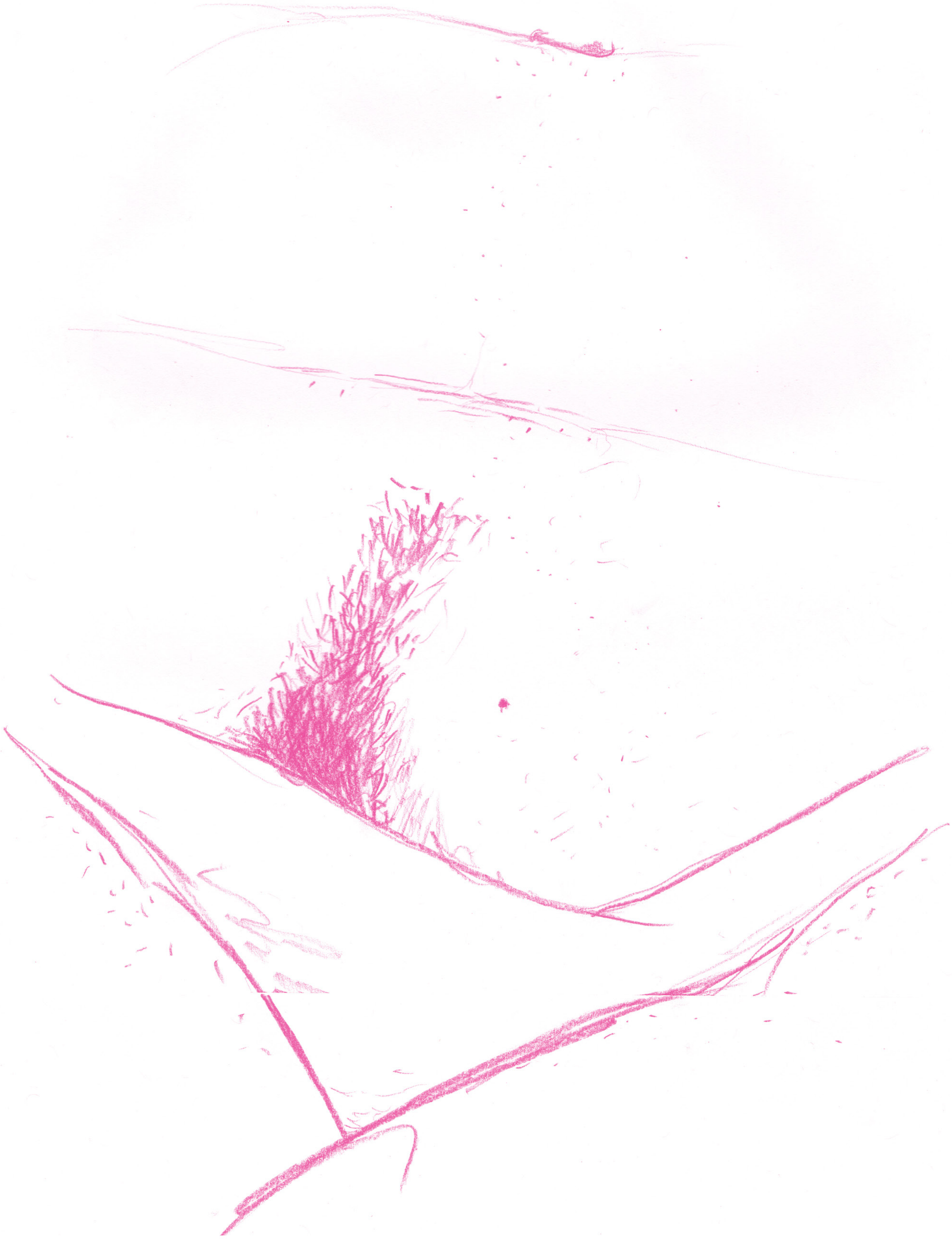
Recuerdo cuando era más joven y tenía relaciones con algún hombre, pensaba que sabían más de mi propio cuerpo y de mi placer que yo misma. Supongo que fue gracias a compartir mi sexualidad que empecé a aprender más y a conocerme más. Recuerdo la primera vez que tuve sexo anal, no podía creer cómo me daban descargas de placer en el clítoris. ¿Están conectados? ¿Cómo puede ser eso? Me preguntaba. Me encanta que me den mordisquitos en el cuello y por la espalda. Recuerdo la primera vez que tuve un orgasmo solo así y lo flipé. Ni siquiera era en un contexto sexual, era mi mejor amigo (homosexual, para nada interesado en mí y viceversa)

Creo que me he perdido de muchas cosas, que tengo 40 años y me encanta la posibilidad de experimentar. Mi deseo ha cambiado muchísimo, cambia todo el tiempo y eso me encanta. He aprendido de mi vulva y del placer por mi trabajo y por mis amigas. Cuido mi vulva tratando de relacionarme con personas chidas, mucha de mi práctica sexual antes era compulsiva, coger por coger; pero desde hace un par de años, creo que mi vulva merece abrazar, besar, compartir desde otro lugar, un lugar amoroso, no consumista, sino apapachador, energético. Así que trato de relacionarme con personas distintas, aunque no siempre lo logro porque como ya dije soy muy cachonda y me gana. El placer me gusta mucho, lo siento en toda la cuerpa, siento cómo recorre la piel y las profundidades musculares, nerviosas, siento mi hígado jugar y las neuronas de mi cerebro enloquecer, chocar unas con otras lanzando descargas eléctricas. Mi oído es uno de mis lugares favoritos, la respiración, las palabras, los sonidos me llevan a orgasmos... El ano y el nies son puntos que aún no logro destrabar pero que muero de ganas de hacerlo y que estoy trabajando. ***Yanet Miranda***

¿Has recurrido a algún tipo de persona, libro, foro... para masturbarte?

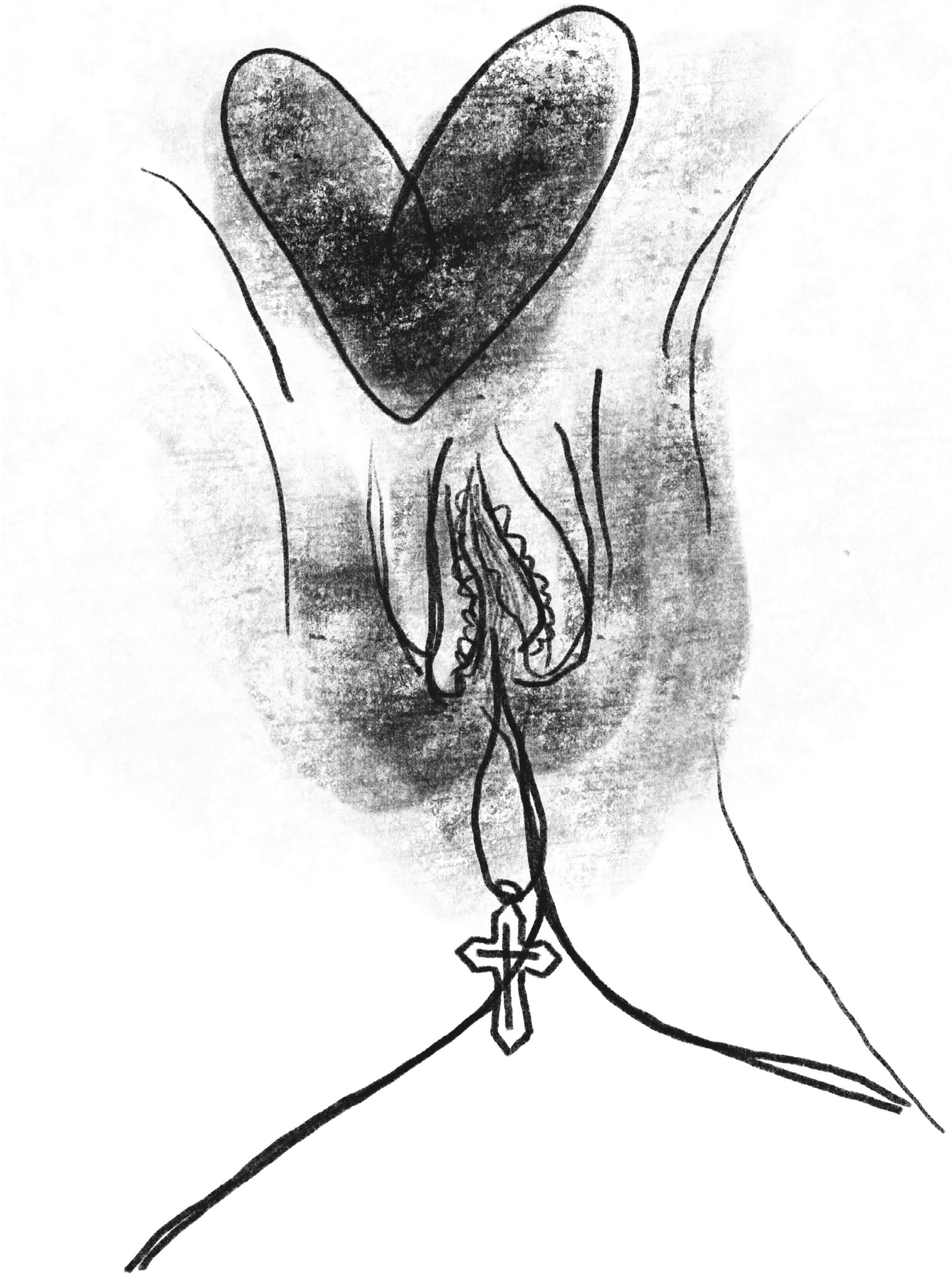















COPA
MENSTRUAL



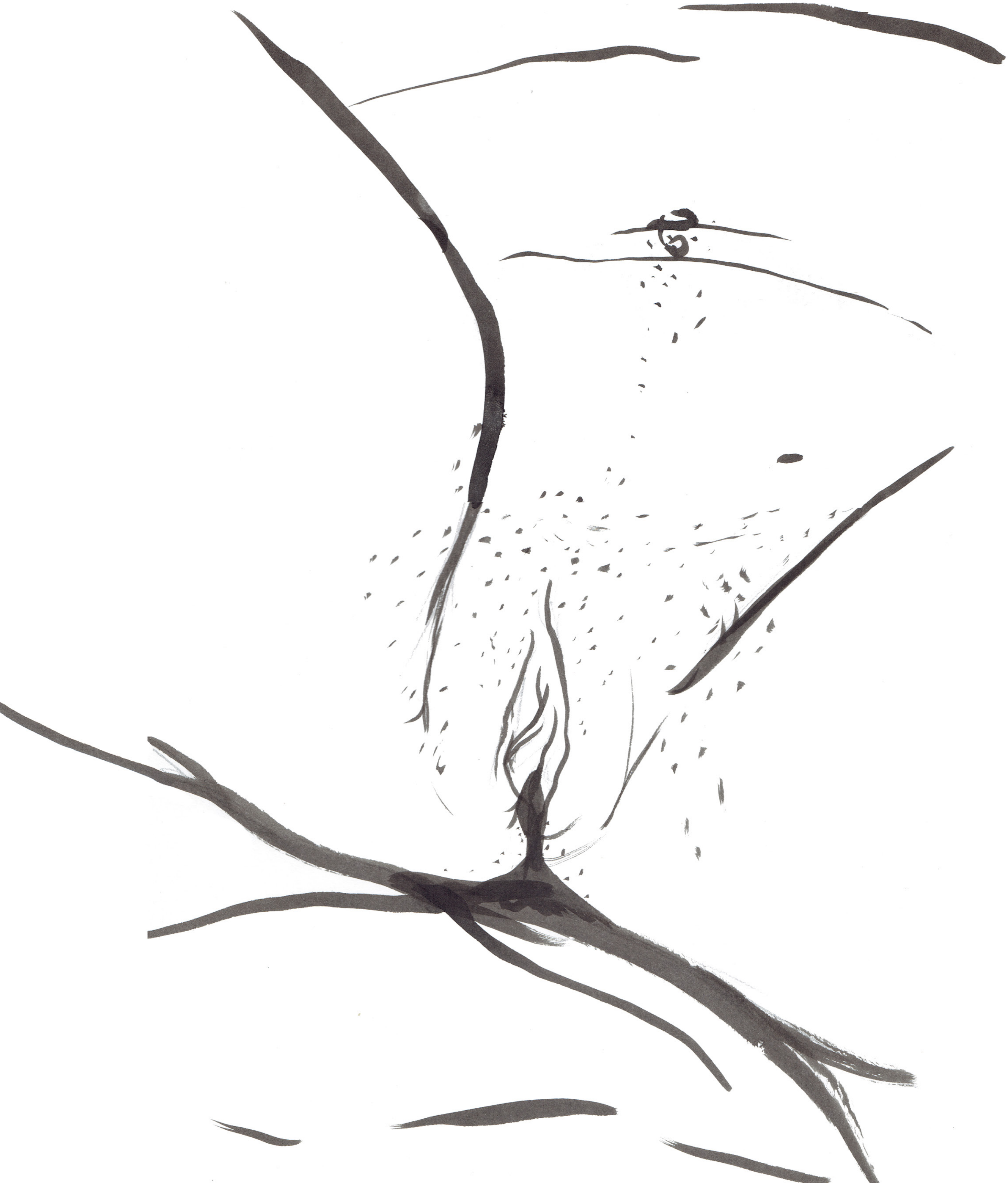





A. Stepien

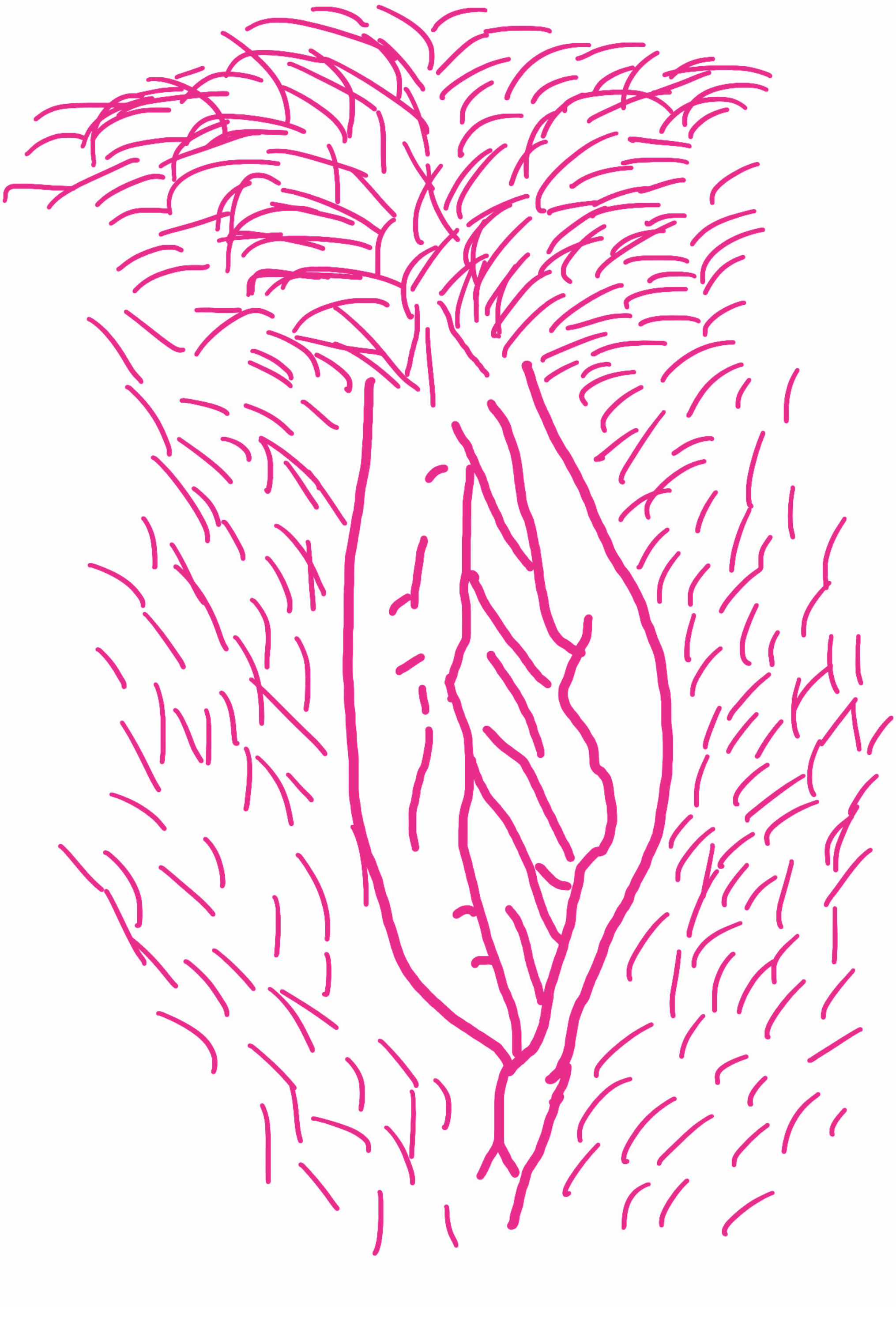








A partir de mi experiencia traumática con la Clamidia, me di cuenta de que le daba demasiada importancia a la vagina durante el sexo sólo porque creía que es lo que debía hacerse. Pero la verdad es que prefiero mil veces tener relaciones sin penetración. Me da pena haber tenido que pasar por situaciones muy dolorosas para poder identificar mi deseo, pero la verdad es que siempre preferí frotarme que ser penetrada. Y también pude darme cuenta de la cantidad de veces en las que tuve sexo porque creía que debía hacerlo, pero en verdad como persona grisexual recientemente asumida suelo preferir masturbarme rápidamente y hacer otra cosa que tener relaciones sexuales con personas y dedicar mucho tiempo a eso. Es algo que me da mucha vergüenza, porque soy tratada como “frígida” o como persona que aún no sabe sobre su deseo, pero la verdad es que después de mucho sexo (muy malo y muy bueno) pude identificar que siempre es una tarea que tachar de mi lista, pero no es algo que me interese tanto y prefiero ocupar mi líbido en otras cosas.







Romero (rosmarinus officinalis)
Aumenta la circulación de los órganos reproductivos. Bueno para los cólicos menstruales. Ideal para el período pos-parto. Aumenta el flujo menstrual. También sirve para el cansancio, depresión, dolores de cabeza y cicatrizar heridas. Es relajante muscular, antiinflamatorio, tonificante, cicatrizante y antiséptico.

Cómo usar: Té, vaporizaciones, baño de pies, aceite esencial, tintura y condimento de la comida. Observaciones: No es indicado en altas dosis y no debe ser utilizado en el período de embarazo. Su uso durante la noche puede alterar el sueño.



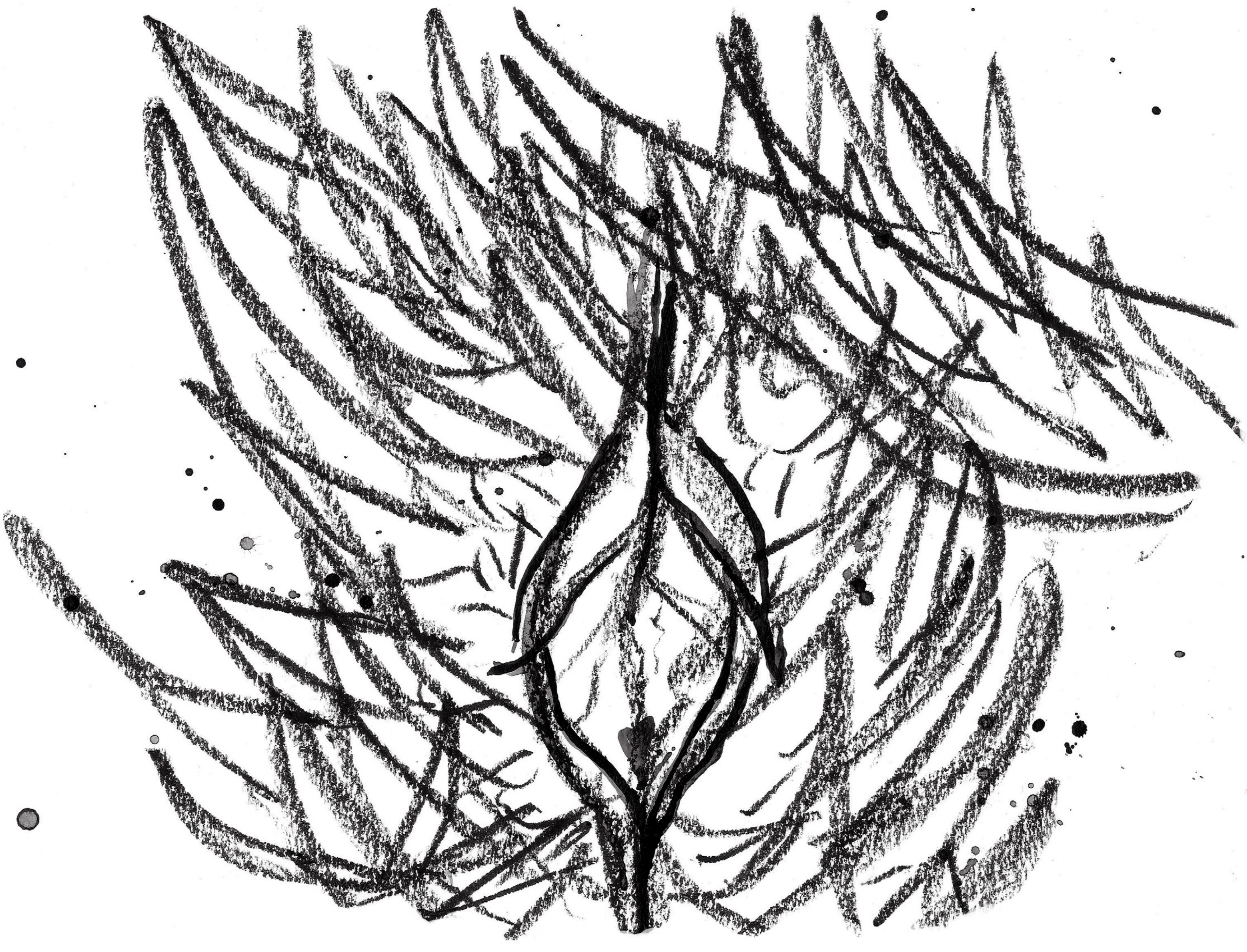
Sábila (aloe vera)
Es cicatrizante y antiinflamatoria. Indicada para el pos parto, para caída del cabello, hemorroides, problemas digestivos, quemaduras.

Cómo usar: Introduce en la vagina la parte interna gelatinosa, cortada en pedazos. Retirar primero las hojas más próximas al suelo. Deje el caldo verde amarillado escurrir y no use ninguna parte de la cáscara. Evite las hojas nuevas y también las marchitas (con líquido amarillo) corte en forma de un absorbente interno y congele. En caso de inflamaciones, quemaduras también puede amasarlo hasta adquirir una consistencia pastosa y aplicar tres veces al día sobre la zona afectada. En caso de hemorroides introducir como supositorio. Observaciones: No ingerir durante el embarazo

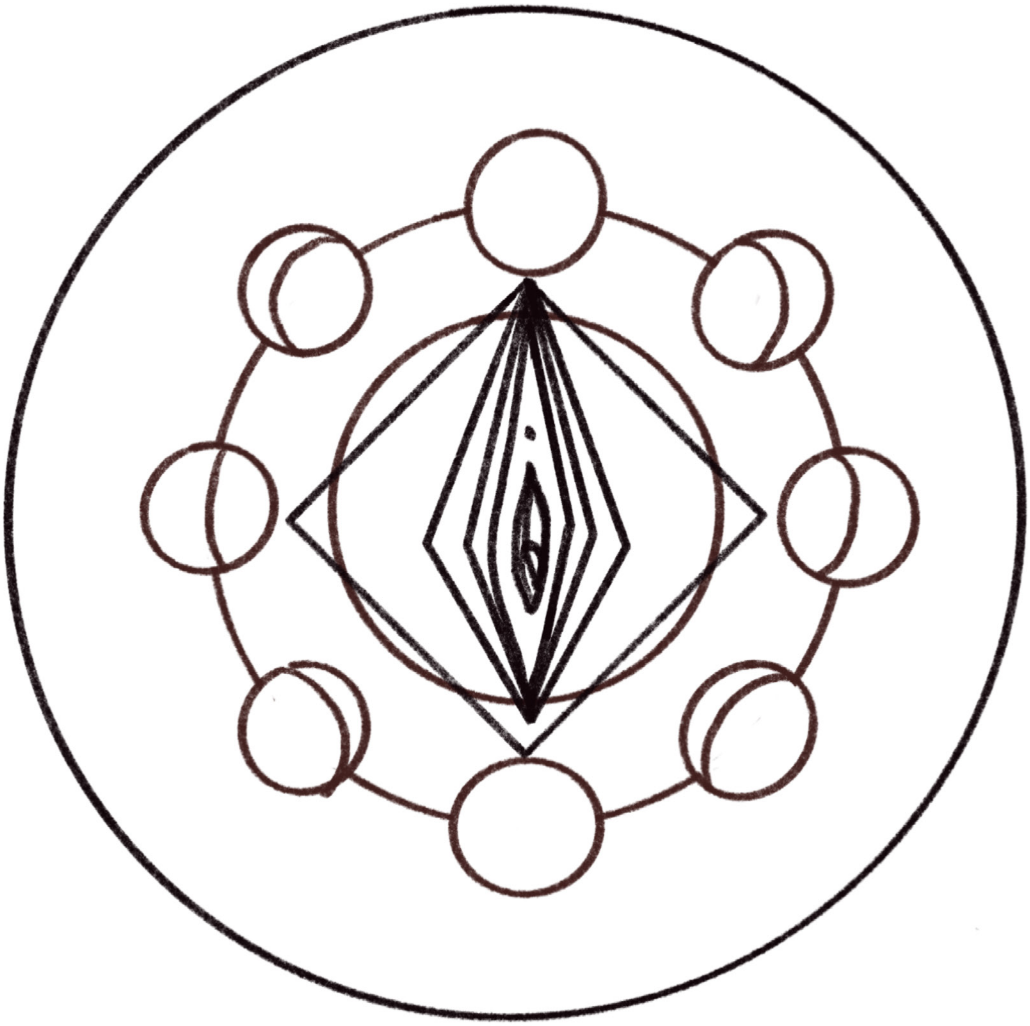


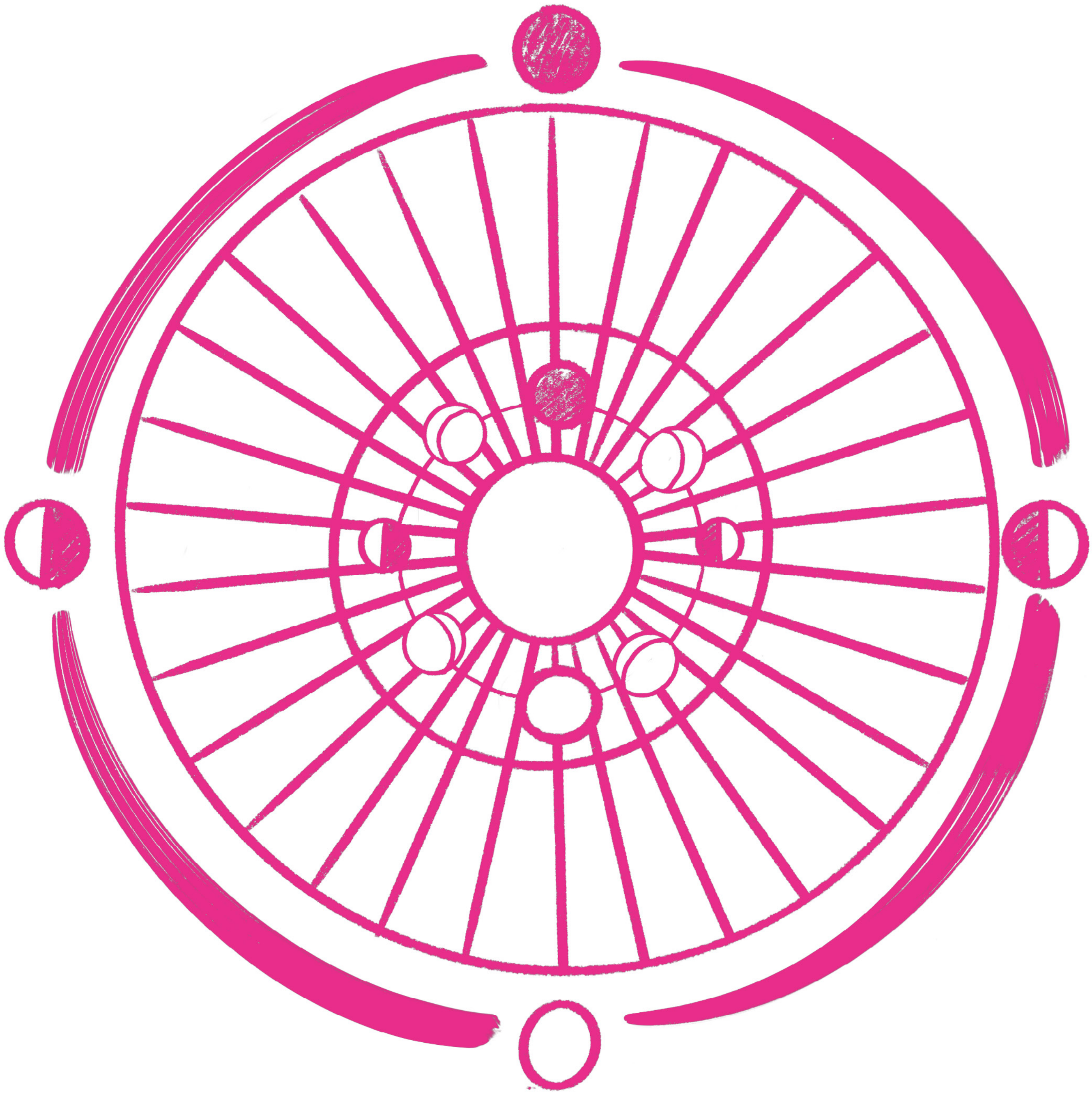
Salvia (salvia officinalis)
Ayuda al equilibrio hormonal, corrimiento del útero y sudoración excesiva. Estimula la menstruación, alivia el TPM y los cólicos. Es bueno para quien quiere tener hijos. Ayuda en la hora del parto, en el momento de la expulsión y en los síntomas de la menopausia (olas de calor y sequedad vaginal)

Cómo usar: Té, baño de asiento, vaporizaciones, aceite esencial y tintura. Observaciones: No debe ser utilizada por gestantes y lactantes



Aquí puedes anotar, a forma de diario, los cambios con tu menstruación.

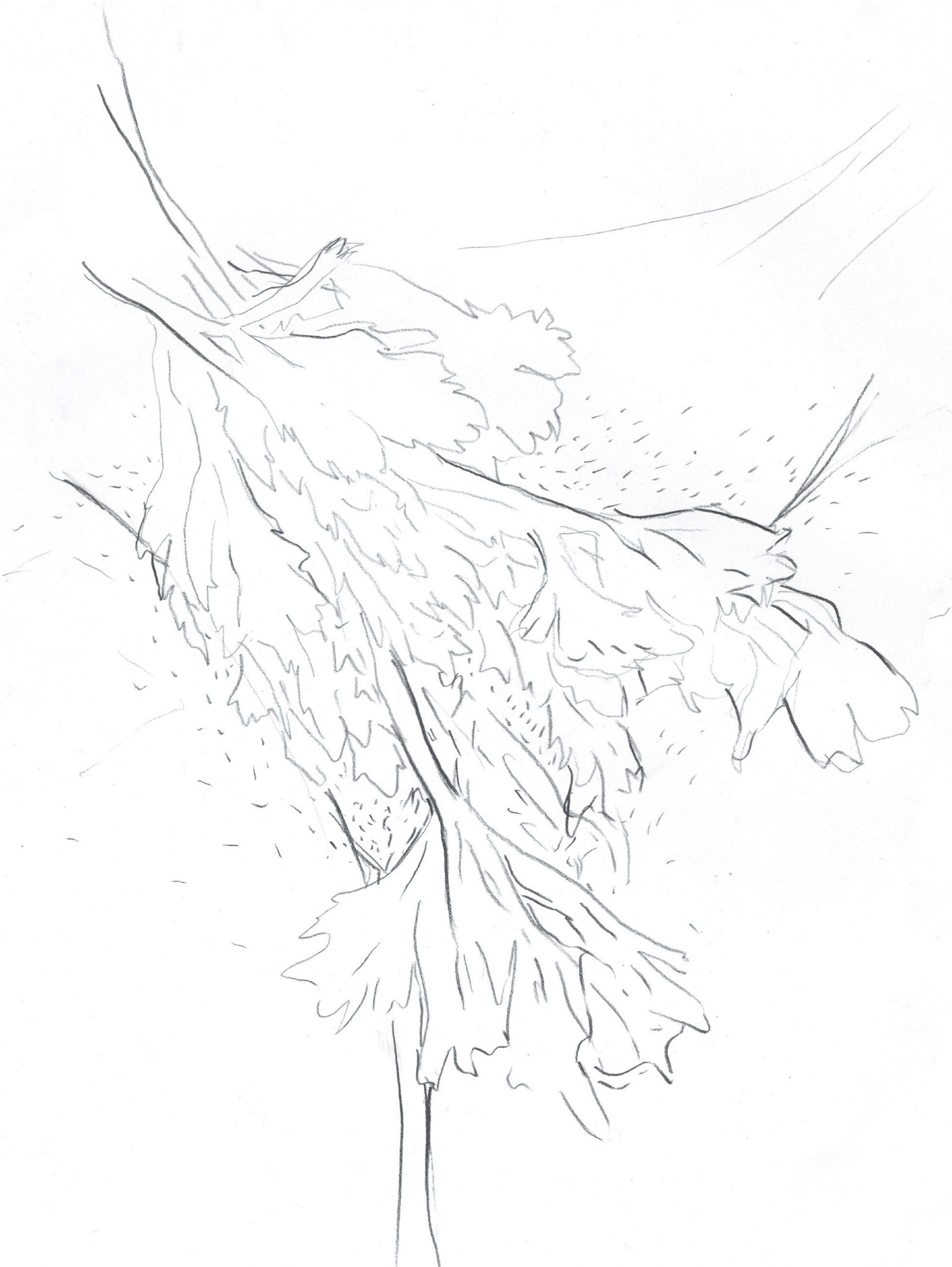


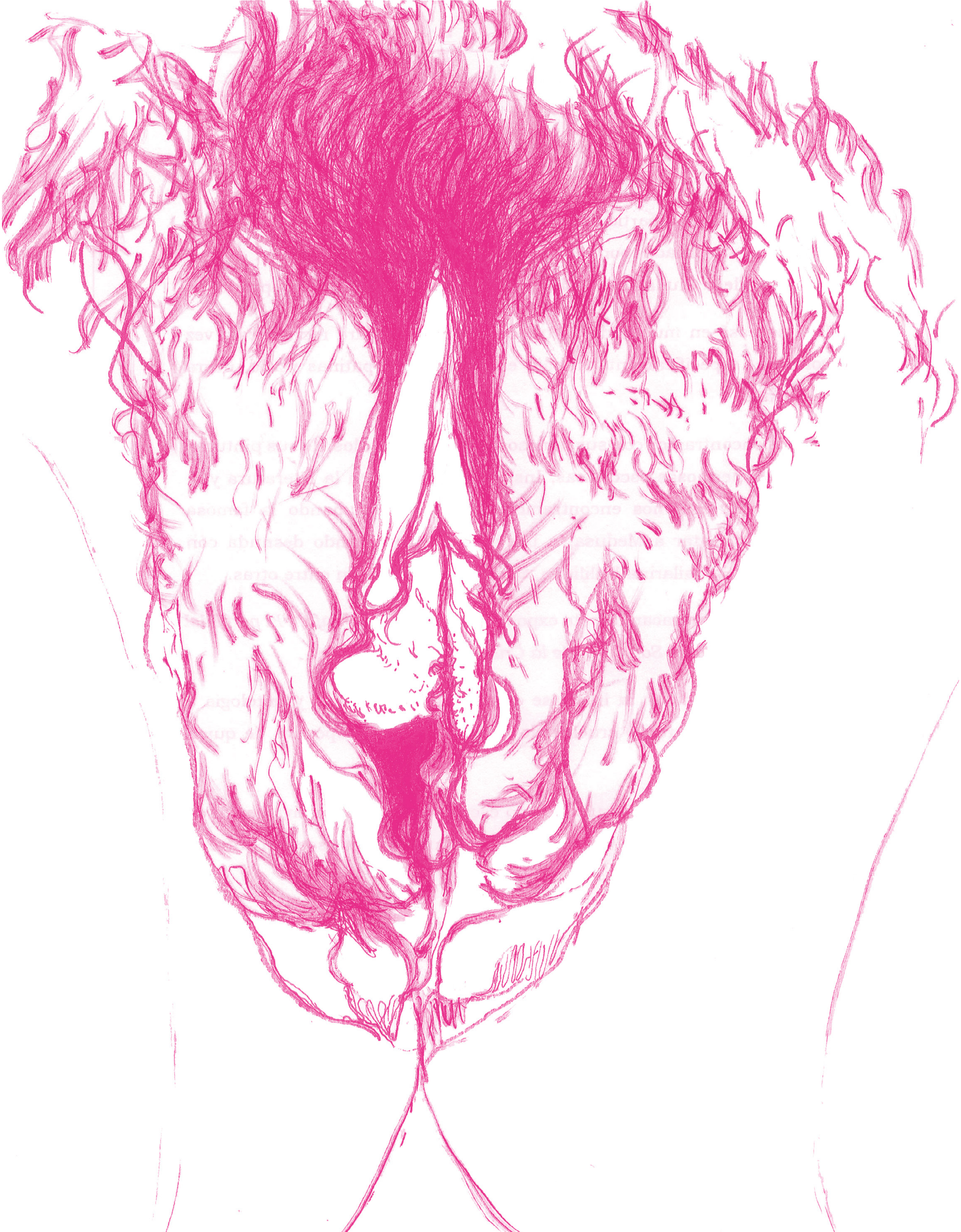


¿Te has interesado alguna vez por tu ciclo? ¿Ha mejorado tu experiencia con la menstruación con el tiempo? Cómo te relacionas con tu cuerpo durante el ciclo?



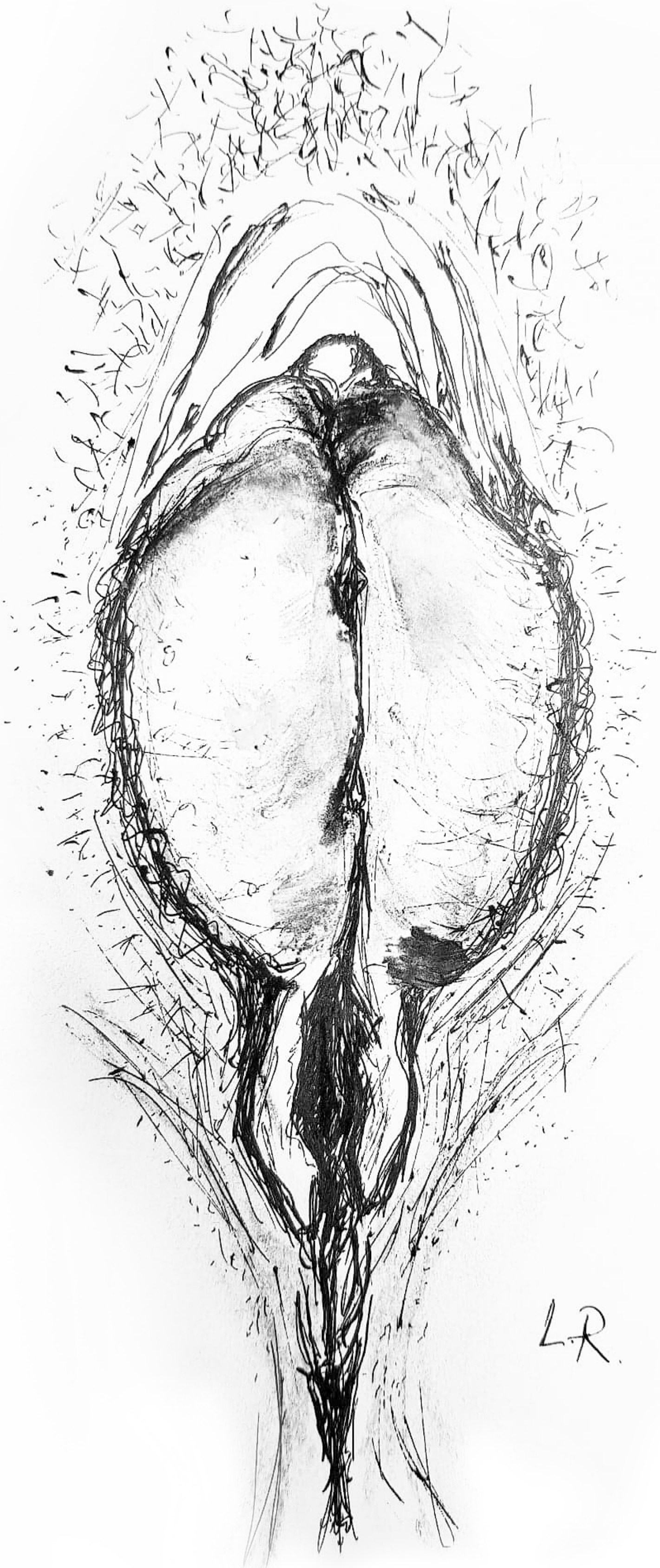












Laura Robles

Equality

welcomed and even recommended.

is a combination of

freedom of speech, education,
traditional and contemporary flavours
and openness.

freely seven days a week,

from early morning till late evening

is about activity, learning and communality

We are all responsible for keeping it comfortable.



is all of this and more.
come and immerse yourself

immerse yourself.

The goal is to take care
of the diversity.







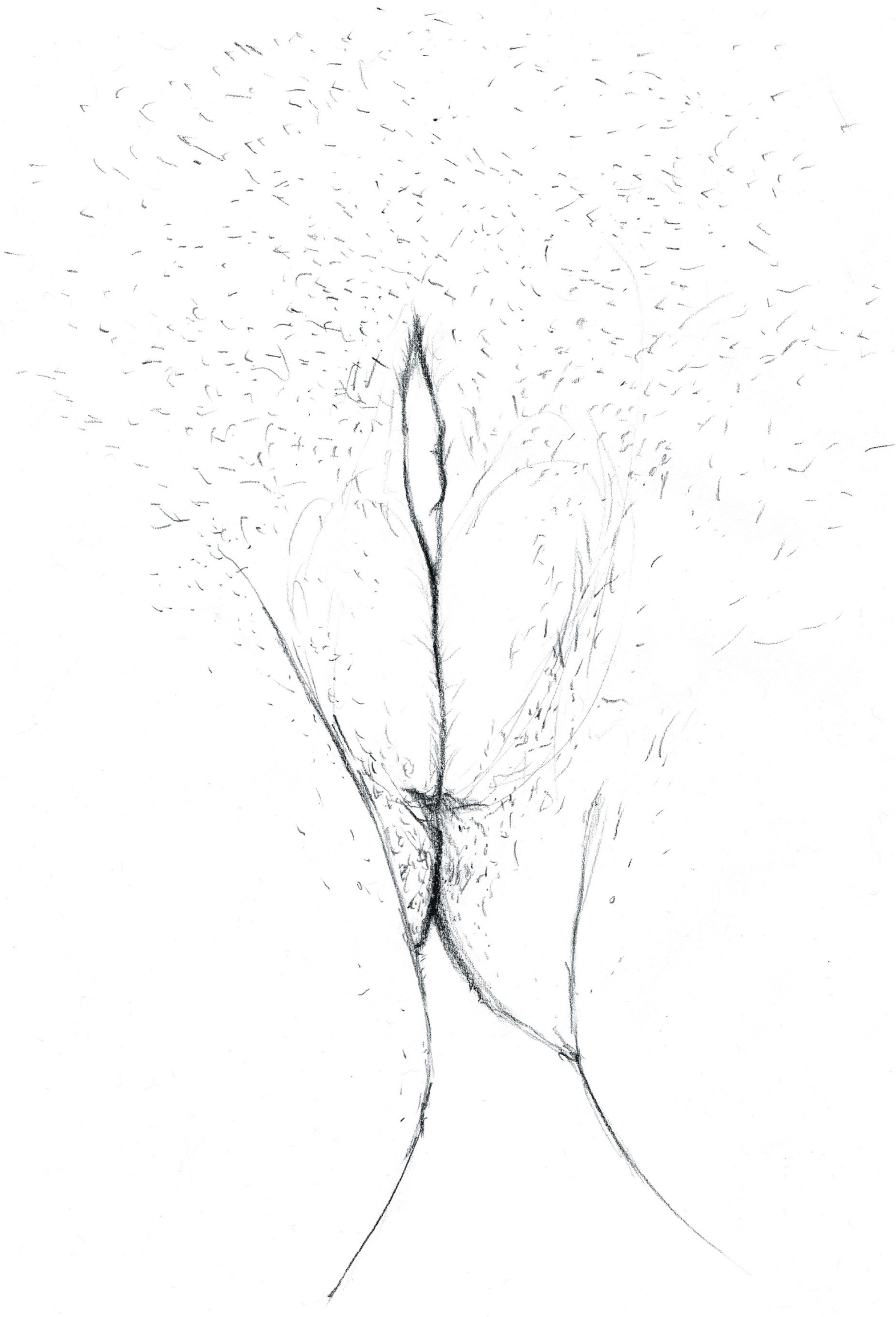




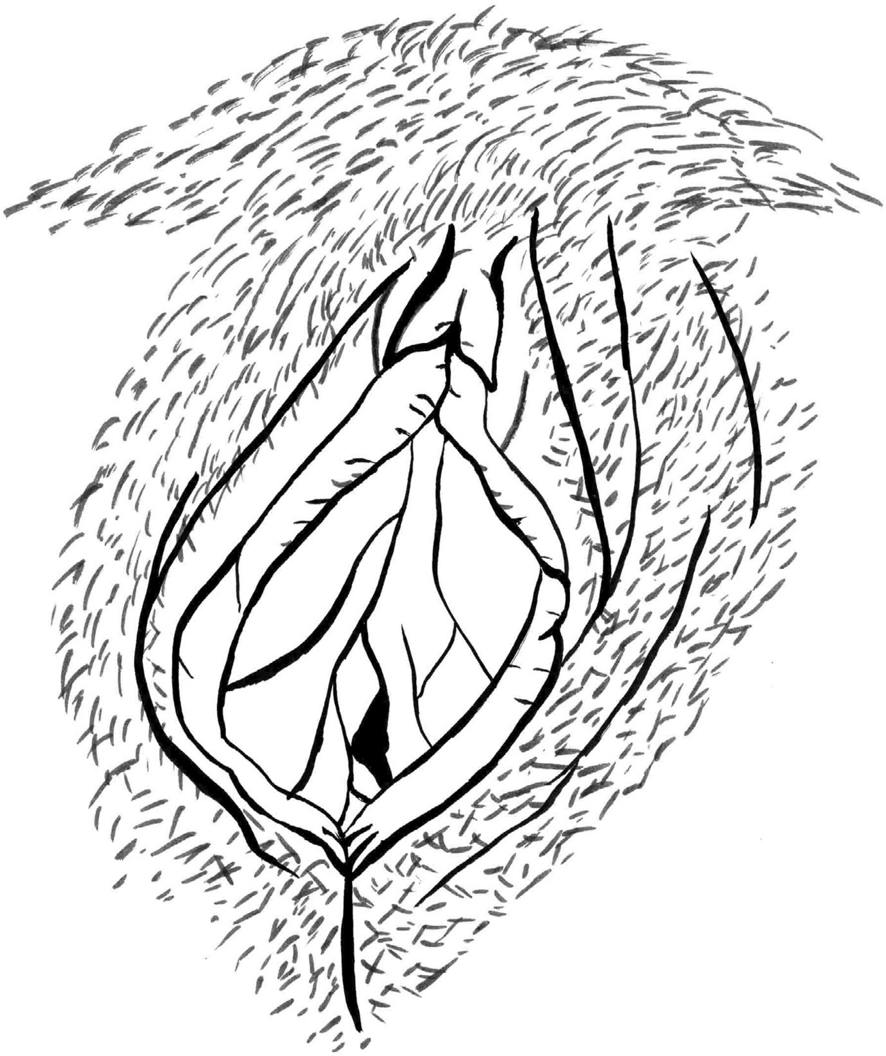
Tristemente tuve acercamiento a mi vulva hasta que enfermé de VPH, fue un momento bien fuerte y que sí o sí tenía que revisar todas las partes de mi vulva e incluso de mi vagina. A partir de ese momento y lo que tuve que enfrentar en el tratamiento, le perdí el miedo o esa limitación imaginaria a conocerme, a conocerla, a experimentar y comprender muchas otras características de mi vulva y de mi placer. A partir de ese momento tuve incluso que comprender la importancia de reconocerme durante los actos sexuales y coitales, pero también de comprender al otrx.









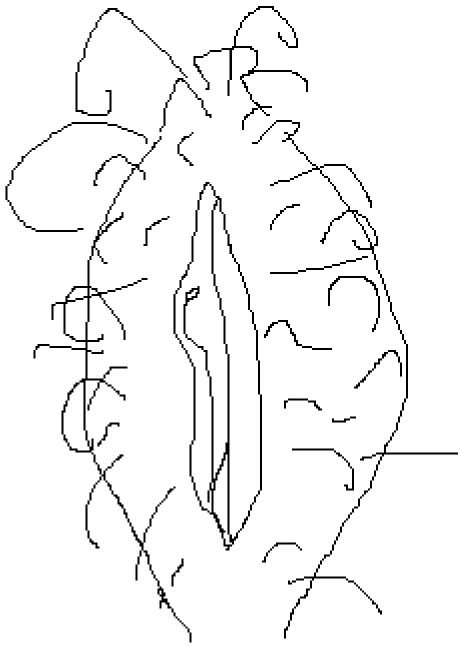


Recuerdo que la primera vez que me vi con un espejo fue porque sentí una bolita extraña, y fue cuando me comencé a cuestionar ¿cómo es que dejamos que otros nos vean y nos toquen y nosotras mismas no? Desde entonces disfruto mucho verme en el espejo y explorar, literalmente explorar con el espejo cómo es mi vulva, mis labios, mis orificios, y estoy aprendiendo mucho gracias a las redes sociales y a los círculos de mujeres :) dándome cuenta de que somos muchas en este camino de autodescubrimiento y que sí, es un acto político! y que sí, estamos viviendo una revolución sexual :) **JulietaL**















Eyaculación

y otros fluidos

Spoiler: las vulvas eyaculamos. A pesar de que la eyaculación femenina no es un fenómeno muy normalizado, cada vez más personas con puchas compartimos esta experiencia con nuestro entorno. Darnos cuenta que no somos las únicas, recordar la sorpresa de la primera vez, disfrutar de mojar la cama… son situaciones que nos aproximan a nuestros fluidos desde la curiosidad, evitando el enfoque repulsivo.

Sin embargo, durante años, nos han mutilado políticamente: ¿Sabemos que eyaculamos gracias a la próstata? ¿Que dichos fluidos salen por conductos ajenos a la vagina y a la uretra? Nuestra educación sexual, con ese enfoque puramente reproductivo, ha dejado de lado las aproximaciones positivas al placer, a los órganos y fluidos expulsados, aparentemente secundarios para nosotras. Dentro del desierto informativo sexual que hemos vivido, nos han negado añadir a nuestro mapa mental partes de nuestro cuerpo que no han considerado productivas.

Por lo tanto, y como reconocimiento que nos merecemos, saludemos a la próstata. Para ello, Diana J. Torres nos lo ilustra en Coño Potens: "solo tenéis que meteros los dedos en el coño cuando estéis excitadas (algunas, dependiendo del tamaño de vuestra próstata no necesitaréis ni eso) y presionar con estos hacia el hueso púbico. Notaréis que hay una parte que es más densa y que al contraer los músculos de la vagina no se contrae (porque no es un músculo). También que si la movéis hacia los lados es como escurridiza.".

Segundo, una vez ubicada, entendamos los básicos de su funcionamiento. Cuando nos excitamos, nuestra próstata comienza a almacenar líquido, que terminamos expulsando a través de las glándulas de Skene (señor que decidió poner su nombre a una parte de nuestro cuerpo) durante algún momento de placer. Que no veamos el fluido no quiere decir que no eyaculemos: podemos eyacular hacia fuera o hacia dentro, hacia la vejiga, y se eliminará a través de la orina. Cuando eyaculamos hacia fuera, este líquido blanquecino sale por dos agujeros ubicados entre la salida de la uretra y el clítoris y nada tiene que ver

con el líquido que lubrica la vagina para facilitar la penetración. Son fluidos ajenos, expulsados cada uno por su sistema correspondiente y que aparecen en momentos distintos de la excitación. ¿Sabéis esa sensación de estar queriendo orinar y no poder en medio del éxtasis o tras la excitación sexual? Pues no es orina, ahí estamos eyaculando. A nivel emocional, la liberación de este líquido genera serotonina, que nos provoca ese estado de placer y tranquilidad que sentimos.

Por cierto, que el orgasmo y la eyaculación no tienen que ir a la par. Podemos eyacular antes, durante y después de un orgasmo dependiendo de distintos factores. O incluso eyacular sin él. ¡No hay mejores orgasmos con la eyaculación!
Con todo esto, no pretendemos que al ampliar estos conocimientos de nuestro cuerpo nos generemos una obligación sexual nueva. La actitud de búsqueda, si la queremos, será placentera, cálida, deseable. Lo importante de todo no es convertirse en expertas de la eyaculación, es participar de la ruptura del conocimiento tradicional. Es curiosear con nuestra vulva, examinar sus reacciones sin pretender un fin último. Aprender que la eyaculación no tiene género, pero que nos pertenece recuperar esa parte de nuestros cuerpos. Que podemos correrno s, abrir el grifo, manchar la cama.

Alardear del testimonio de nuestros flujos.

Creo que todavía no sabía nada sobre que las vulvas podían eyacular cuando tuve mi primera eyaculación. Quien me habló de eso fue el novio en turno, me dijo que todas las mujeres podían hacerlo y él fue el que investigó todo, a él le excitaba darme placer y yo no me quejaba, luego entendería lo jodido que estaba que la información para la eyaculación generalmente estaba dirigida a los varones, pero en ese momento no me había dado cuenta de muchas cosas y sólo quería tener sexo todo el tiempo, así que cuando él me hizo eyacular la primera vez recuerdo que fue maravilloso, antes siempre había pensado que yo sólo podía tener un orgasmo a la vez (me di cuenta que no). Las siguientes veces sólo eyaculaba cuando él estimulaba, hasta que un día después de estar con él, yo me había quedado con ganas de más así que me seguí tocando, perdí la cuenta de los orgasmos, me di cuenta que podía hacerlo yo sola y además todo el tiempo que quisiera ¡wooow!, la cama quedó empapada, esa noche dormí en el piso. Creo que la segunda experiencia más excitante con la eyaculación fue cuando mi compañera terminó sobre mi cara, sentir la humedad, las cuerpas chorreando, a la otra perdida en el placer.

¡Qué tenemos próstata!

Lo primero que escuché al respecto es que las mujeres eyaculamos como los hombres. Me causó resistencia y enojo esta comparación. Yo no quiero ser como hombre ni estoy en competencia con ellos. Sólo quiero disfrutar y si eso incluye mojar mucho o no, no me importa. He practicado eso del squirt y no me gusta "forzar" a mi cuerpo. No soy eyaculadora natural. La verdad es que me tiene sin cuidado si saco aguas o no. Sólo lo he hecho una vez y sentí rico como cuando orino pero no más. Siento más rico otras cosas. ***Amatista***

No soy una experta en eyacular, de hecho, lo he hecho pocas veces. No se ha parecido nada al squirt del porno, sino más bien a lubricar mucho o hacer pipí. El orgasmo también me ha llevado muchos años entender lo que era y saber cómo estimularlo. Ahora tengo días que me vengo muy fácil y otros que por mucho que haga no puedo.

Creo que en textos feministas he encontrado mucha presión por ser una buena eyaculadora u orgasmeadora y que esto no debe de ser la meta en el sexo, sino algo más para disfrutar.

No tengo idea de si ya tuve un orgasmo o no, es seguro que siento placer pero hasta la fecha no encuentro una explicación exacta de cómo debería de sentirme al tener un orgasmo o si he llegado a mi límite. Tal vez ya estoy tan acostumbrada a hacerlo que los orgasmos se convirtieron en mi pan de cada día.

Este es un discurso muy triste para mí, soy muy seca y necesito ayudarme con lubricantes, me encantaría encontrar ese orgasmo que abra el grifo, he ido a charlas, he visto vídeos, he probado sola y acompañada... mi coño es seco como la mojama.

¿Qué define un orgasmo?

Cada vez me descubro más y me doy tiempo para mí, para estar conmigo, en un autoplacer. En desapegarme de lo terrenal y terminar en un orgasmo de los dioses. Aún no he podido eyacular, como que me autodetengo, siento que haré pipí y llego a un orgasmo, pero no con toda la pasión y expresión que podría ser. He aprendido mucho en círculos de mujeres, así como con mi compañero, que es un feminista total y se preocupa y no se detiene hasta que yo acabe, a veces gimo como si el mundo se fuese acabar, otras termino mordiendo la almohada, a veces es como un suspiro fuerte... nunca es igual y me conozco cada vez más.

No suelo correrme con nadie. O, más bien, no son los dedos de otra persona los que me hacen eyacular. Para mí el sexo se ha convertido en otro espacio de diálogo (o eso intento) donde yo tengo mucho que decir. No tengo reparo en tocarme hasta provocarme un orgasmo cuando estoy con otres. La primera vez que eyaculé fue con el Satisfier y una compañera con la que compartía ese momento. Al hablarlo con unas amigas, muchas de ellas en relaciones con tíos cis, me expresaron su miedo a probarlo y acostumbrarse a un orgasmo que no les diesen sus parejas. No querían hacerlas sentir mal. Mi respuesta fue que para mí el sexo no es el orgasmo en sí. El que una persona me acompañe, provoque, toque, mire o lama una zona a priori no erógena, una rodilla, es lo que me hace sentir que estoy en un momento sexual: el poder compartirme como quiero y cuando quiero de forma consensuda con le otre.

Soy consumidora de porno y postporno y hasta los 23 no lo conocía. Me maravillo pensar que mis órganos no los acompañaba una gran sensación de meado, pero después de 10 de saberlo no lo conseguí, hasta que me aficioné a los cacharritos para pajearme durante horas, así que empecé a tener mis mejores orgasmos eyaculando con presión y cantidades para limpiar con mocho... Impresionante ver que es totalmente real y que tenemos tanto que descubrir de nuestro cuerpo. ***Liatris***

Antes me venía con tan solo sentir olores deliciosos, mi deseo sexual estaba desbordado, tenía orgasmos hasta con pensar en tener sexo o masturbarme. Después hubo una ruptura: tenía miedo de embarazarme, me detectaron VPH, comencé a tener muchos conflictos con la aceptación de mi cuerpo, mi pareja me cuestionaba mucho si tuve un orgasmo o no, en fin, dejé de tener orgasmos y de sentir muchas cosas... Ahora me encuentro deconstruyendo esto: me gusta tocarme, trato de romper el rechazo que hay hacia mi cuerpo y lo miro desnudo todos los días, me masturbo, le pido cosas a mi pareja sobre cómo quiero tener sexo. Ha sido un proceso largo y complicado, pero mientras más me toco, más me empodero y siento más bonito. El orgasmo no es todo...

Con mis primeras parejas no tenía relaciones sexuales a disgusto, las etiquetaría como agradables, pero desde luego no placenteras. Con mi primer novio sí llegué a experimentar algunos orgasmos a los que me costaba mucho llegar, ya que reprimía muchísimo mi sexualidad y apetencias sintiéndome constantemente juzgada. En una ocasión en la que no me sentía juzgada sino mucho más libre y relajada llegué a hacer mi primer squirt y mi pareja de entonces reaccionó asqueada y la experiencia me costó una buena discusión. Ha sido gracias a dejar de reprimir mi sexualidad y a la ayuda de una de mis actuales parejas (con la que más tiempo llevo) con la que he podido volver a encontrarme con orgasmos muy placenteros y poder incluso volver a desbloquear la eyaculación femenina.

Tengo un clítoris muy sensible al tacto, especialmente si es alguien más. En la adolescencia sentía que era un defecto, que simplemente los orgasmos como en el porno no eran para mí pues cuando mi novio me frotaba la sensación era muy incómoda. Por años fingí el orgasmo y el estar satisfecha después de un encuentro sexual. Con la masturbación, lecturas y videos en internet vi que mi condición no era tan extraña, y que muchas veces era cuestión de saber dónde y cómo tocar, si había que lubricar. Con mi actual pareja los dos tenemos orgasmos, rara vez al mismo tiempo, pero eso qué más da, lo importante es saber que sí es posible y que es chingón. *Regina*

Estoy convencida de que nunca he tenido un orgasmo, no lo he conseguido con ninguna pareja ni masturbándome. A veces me pregunto si tengo alguna condición médica que me lo impida o tal vez es algún block emocional que simplemente no me deja.

Nunca nadie me ha hablado de mi flujo, de sus olores y de sus diferentes texturas ni menos de cómo acompaña a ciclo menstrual, continúo aprendiendo de él, para identificar mi cuerpo. Cuando te miras algunas bragas y te das cuenta que tu flujo ha destruido el color, que tienes que frotar muchas de ellas a mano porque el programa de la lavadora deja olor y la textura dura impregnada, cuando estás ovulando. Deseando que las mujeres profesionales empiecen a hablarnos más de nosotras y menos de las pastillas, anillos, parches... *Liatris*

LOS FLUJOS, NI SUCIOS NI IMPUROS.

Todos mis calzones están manchados, siempre. Por años me apenaba que mis amigas o parejas encontraran mis calzones con manchas blancas, como si siempre estuviera sucia. He leído al respecto, y he preguntado a la ginecóloga y no parece alarmarse. Al igual que la menstruación ya es algo con lo que vivo resignada. *Regina*

Antes cualquier flujo que salía me preocupaba pues tuve una historia larga con infecciones vaginales pero cuando empecé a llevar registro de mi ciclo una de las cosas en que empecé a fijarme más fue en mi flujo. Entonces me di cuenta cómo cambia dependiendo de la parte del ciclo en la que esté, cómo estoy más seca después de menstruar y cómo poco a poco empiezo a sentirme más húmeda hasta que hay días que siento que me baja algo, es el flujo más líquido y transparente que me avisa que estoy ovulando, luego viene un flujo más tipo cremita. Hasta sé distinguir en qué parte del ciclo ando por el tipo de mancha que va dejando el flujo en mis calzones. Y ahora sé reconocer cuando un flujo no es normal y si se trata de una infección y qué tipo podría ser.

No puedo decir que siempre me lo había cuestionado, pero recuerdo cuando era más pequeña un día explorando mi vulva me llamó la atención que mis labios y clítoris eran muy pronunciados. Me obsesioné con ello, me pasé horas buscando fotos de “vulvas bonitas” y agobiándome porque la mía no se parecía a esas. Hasta busqué información sobre cirugías estéticas de vulva, afortunadamente nunca he sido una mujer con muchos recursos económicos por lo que tuve que descartar mi obsesión con ello. Después, explorándome y conociéndome encontré que mi vulva es perfecta como es, mis labios y clítoris tan pronunciados me brindan un placer increíble cuando les toco y juego con ellos. Todas las vulvas son diferentes y maravillosas.

Todo el tiempo, de joven pensaba que había algo raro en mí porque manchaba mis calzones de una manera brutal, o cuando cogía era demasiado flujo, o de pronto caminaba y sentía cómo salían litros de flujo, me sentía fatal pero con el tiempo ahora sé que es normal, que tienen colores, olores y texturas distintas y está chido tocar y oler. *Yanet*

He detectado infecciones gracias a la observación de mi flujo. El flujo normal no huele mal, su color y liquidez varían según la etapa del ciclo menstrual, amo el de ovulación que es clarito y no pegajoso. Si se detecta mal olor o flujo muy líquido o amarillo o verde es importante ir a la ginecóloga o a la médica.

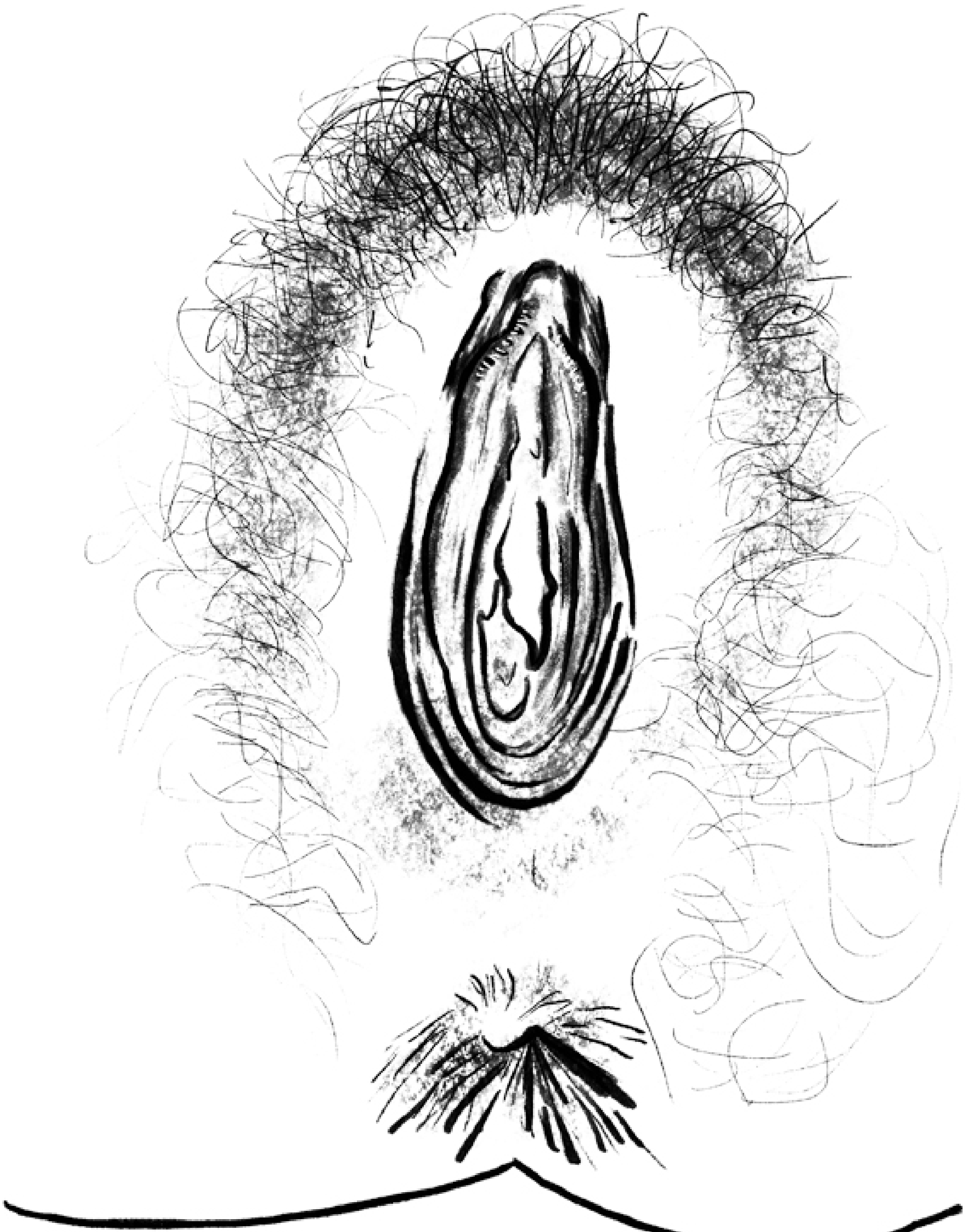
Qué frustrante: de adolescente mi mamá revisaba mis calzones y me hizo ponerme muchísimos tratamientos para infecciones vaginales cuando en realidad no tenía nada. Era incómodo, humillante, penoso y me metió la idea de que no debía tener ningún tipo de flujo. Después fui buscando más información en internet, me di cuenta de que tenía una muy buena salud e higiene, incluso recibí comentarios de mi pareja al respecto.

¿Te has preocupado o cuestionado alguna vez por tus flujos?

Hablando con amigues a la mayoría nos sorprendió cuando fuimos conscientes de la eyaculación la primera vez, otres afirman no haberlo experimentado nunca... ¿Cómo ha sido tu experiencia o acercamiento a la eyaculación?



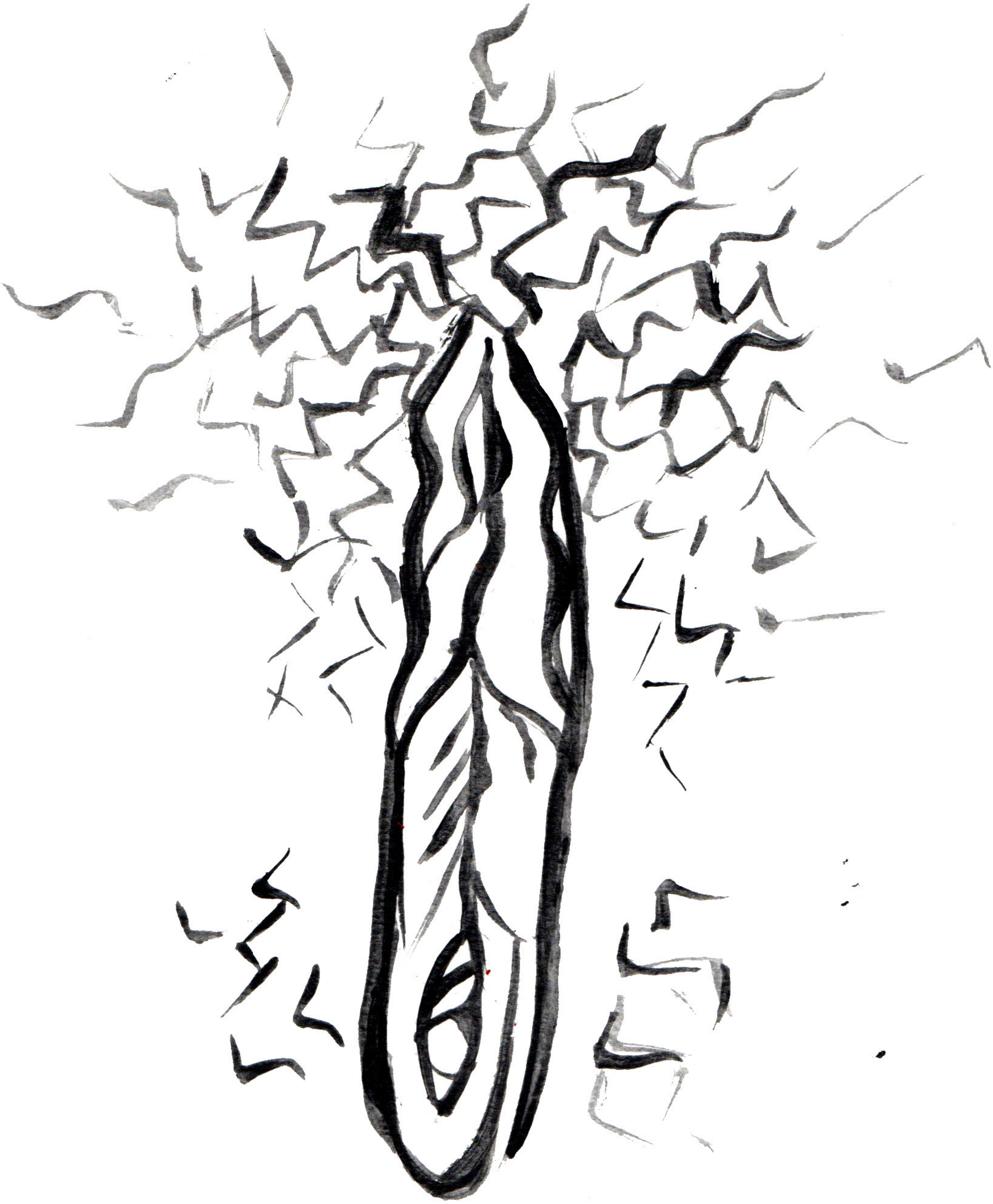








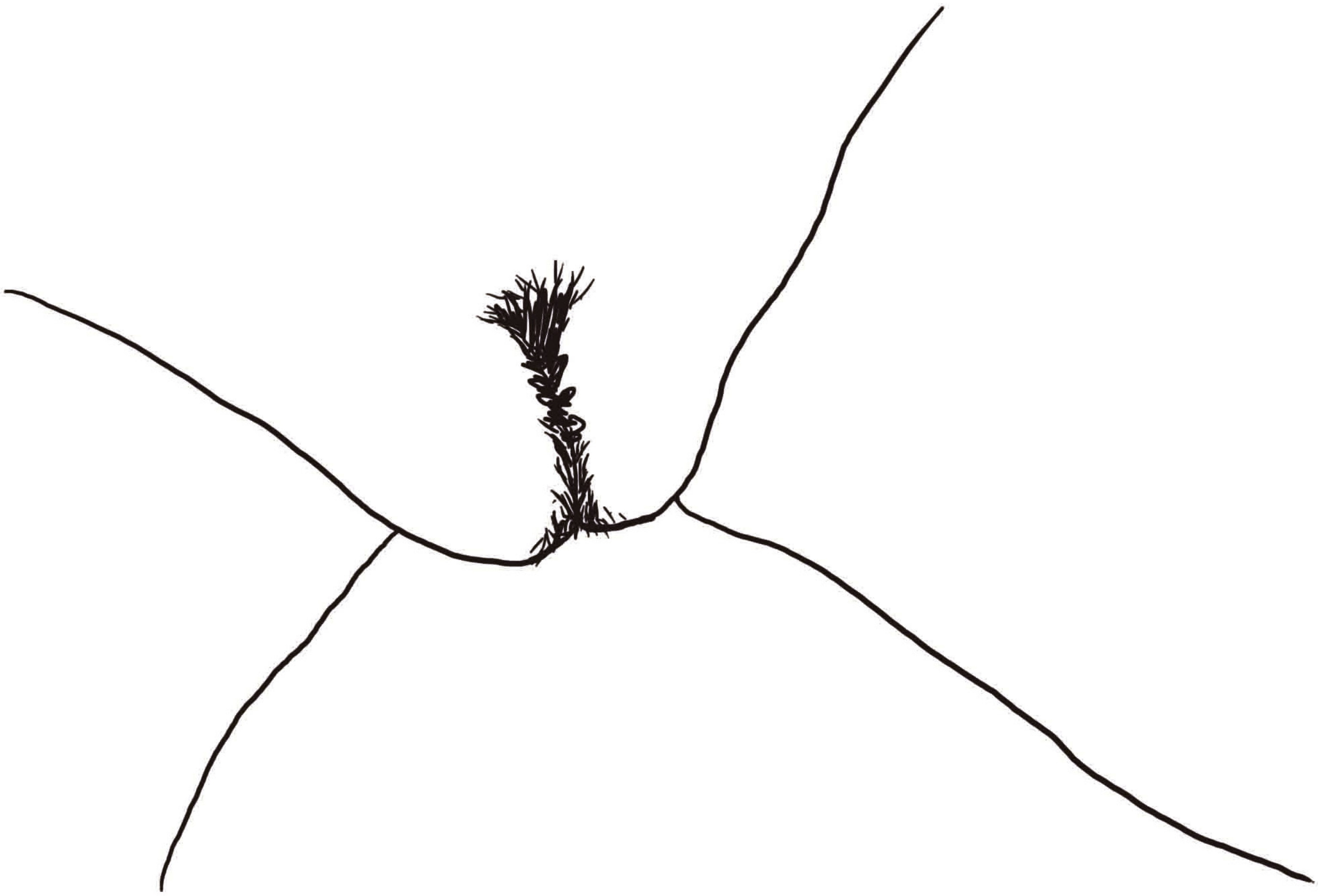
Las primeras veces que me descubrí con ese líquido en la mano, sin tener una explicación de lo que sucedió, me dio miedo, quizás había hecho algo malo y me habría hecho daño en la vejiga, quizás sucedía porque no debía hacerlo.
Con la práctica y viendo pornos entendí que es algo normal para muchas cuerpas, aprendí a disfrutarla también, a incorporarla a mi rutina sexual y a conocer las eyaculaciones de mis parejas sexuales, su olor, su sabor, su todo.



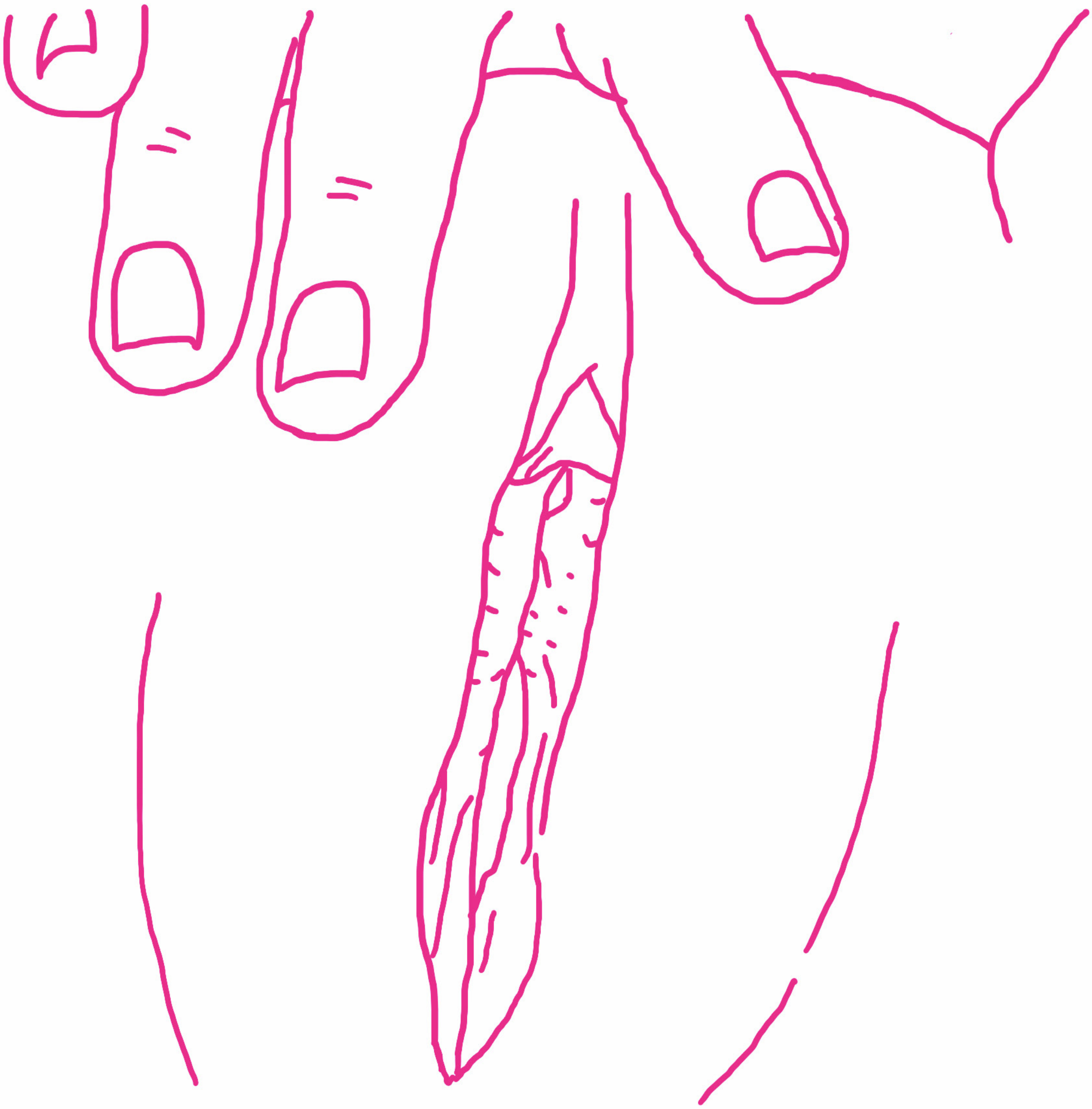


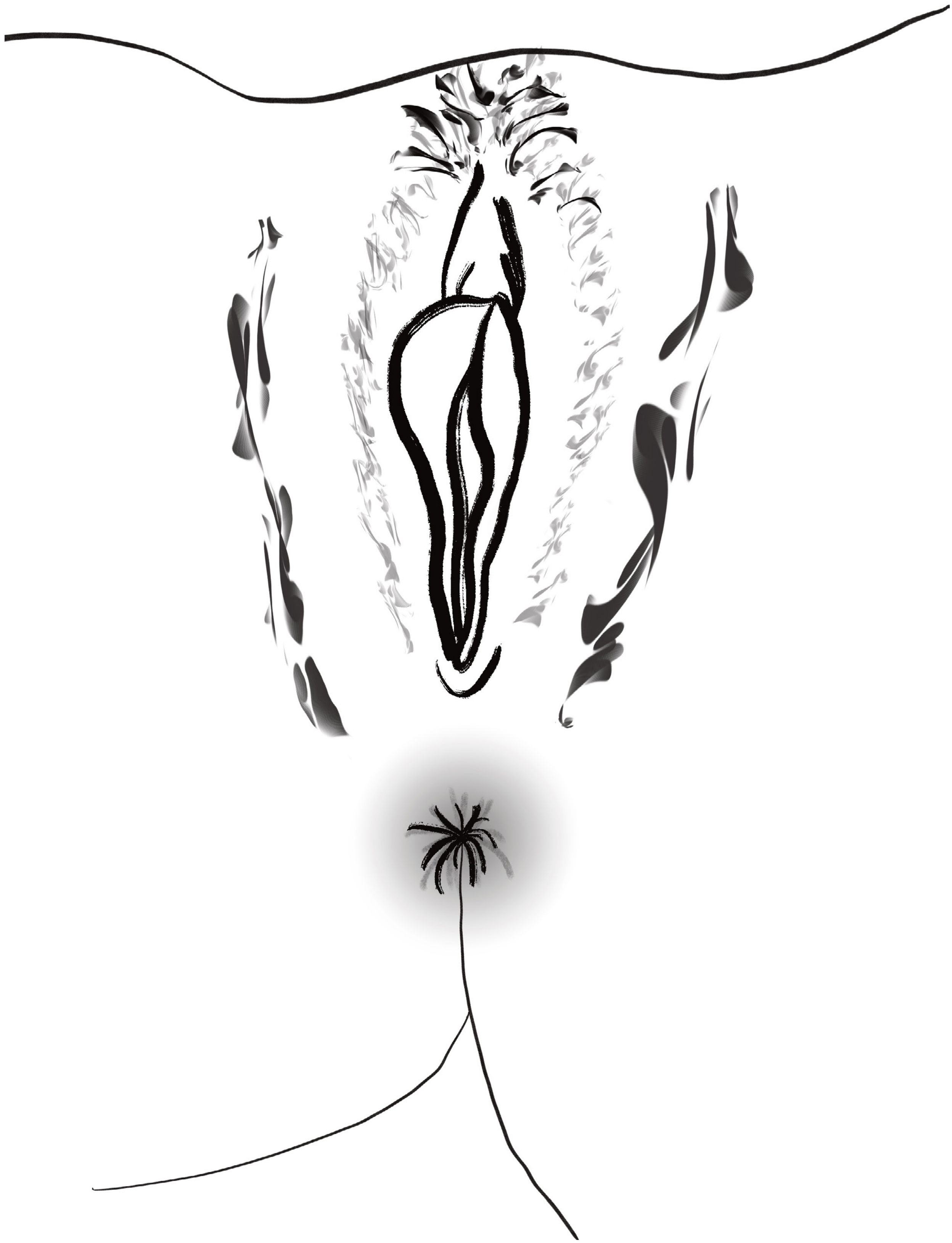




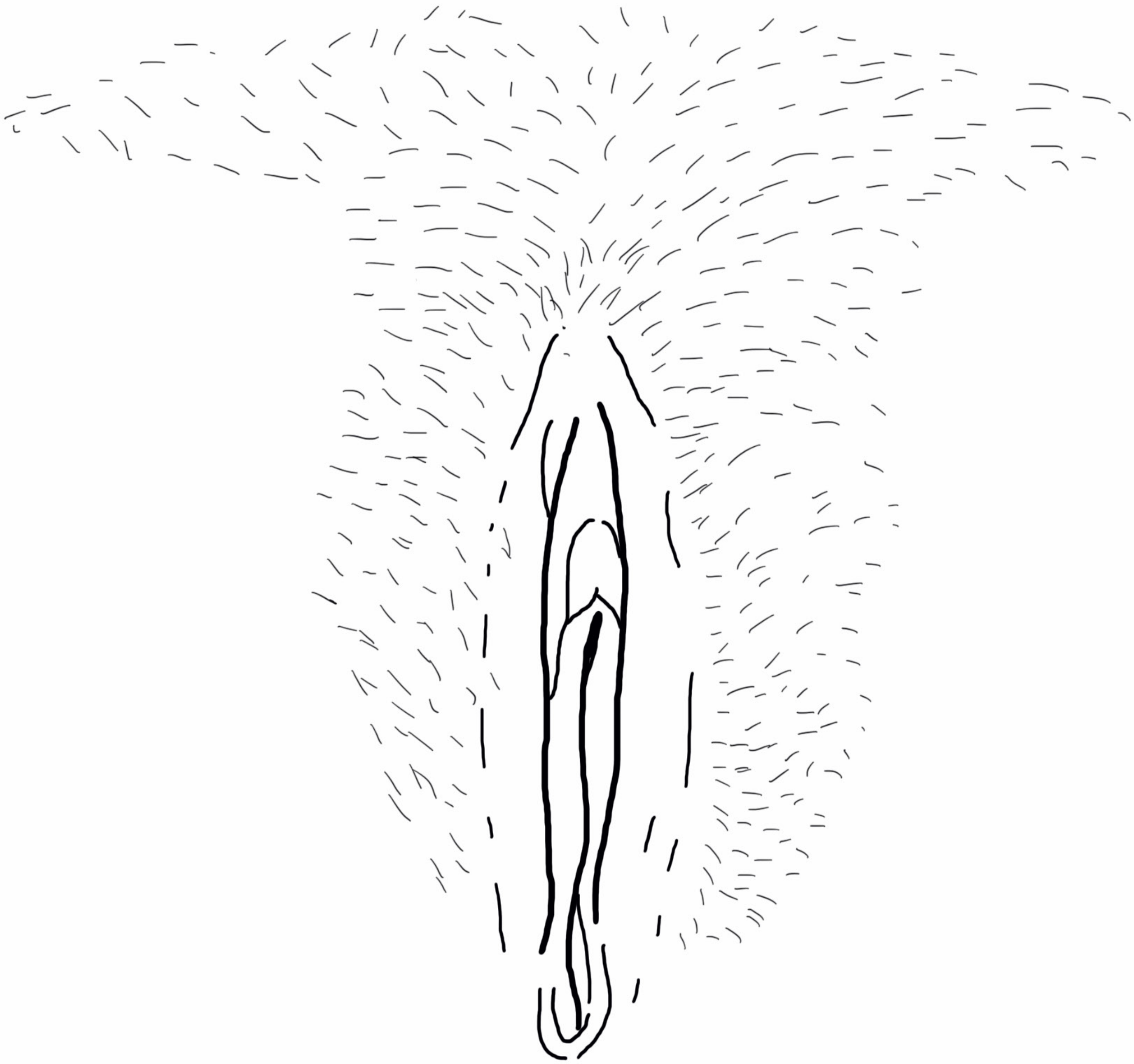










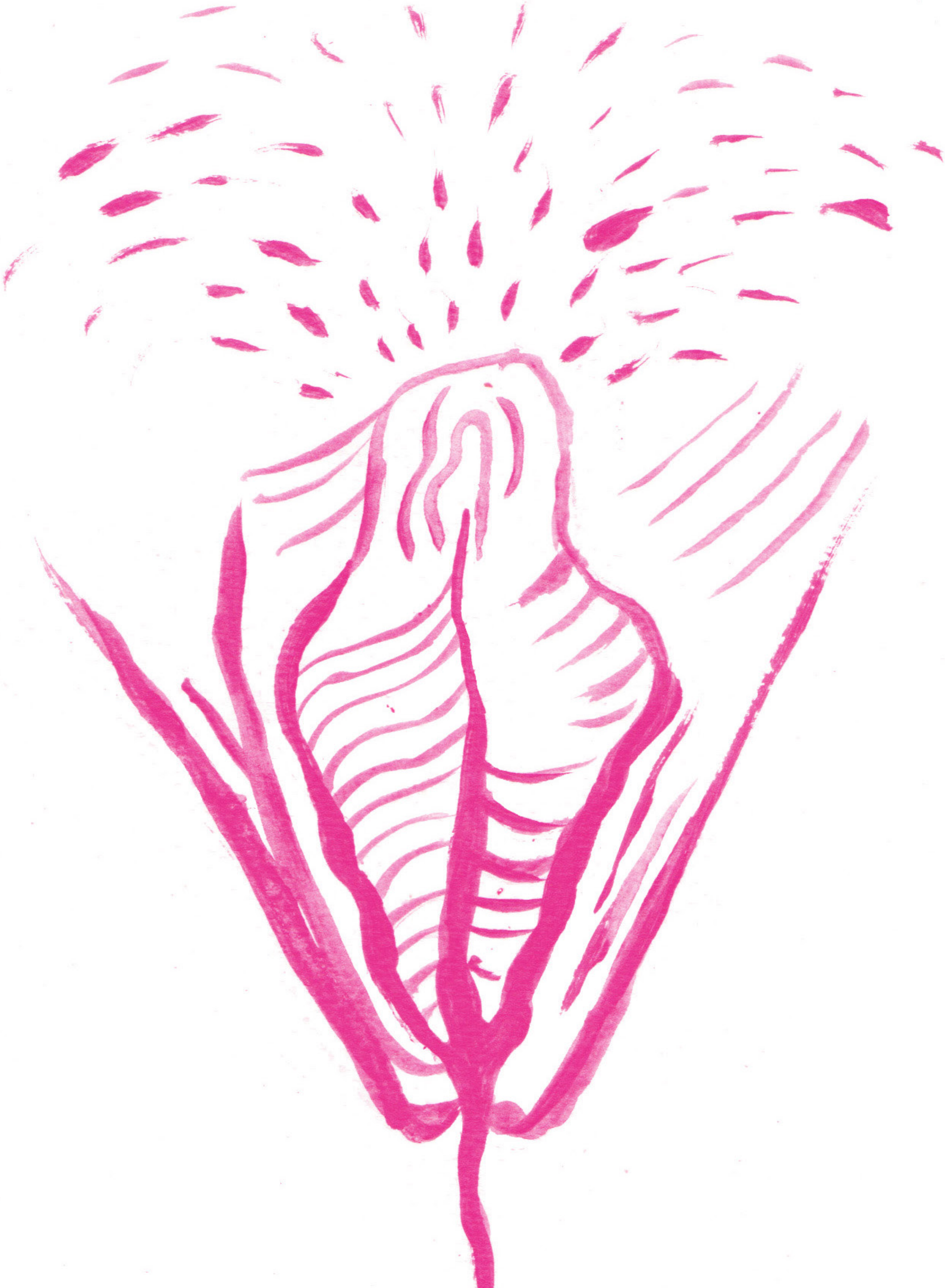


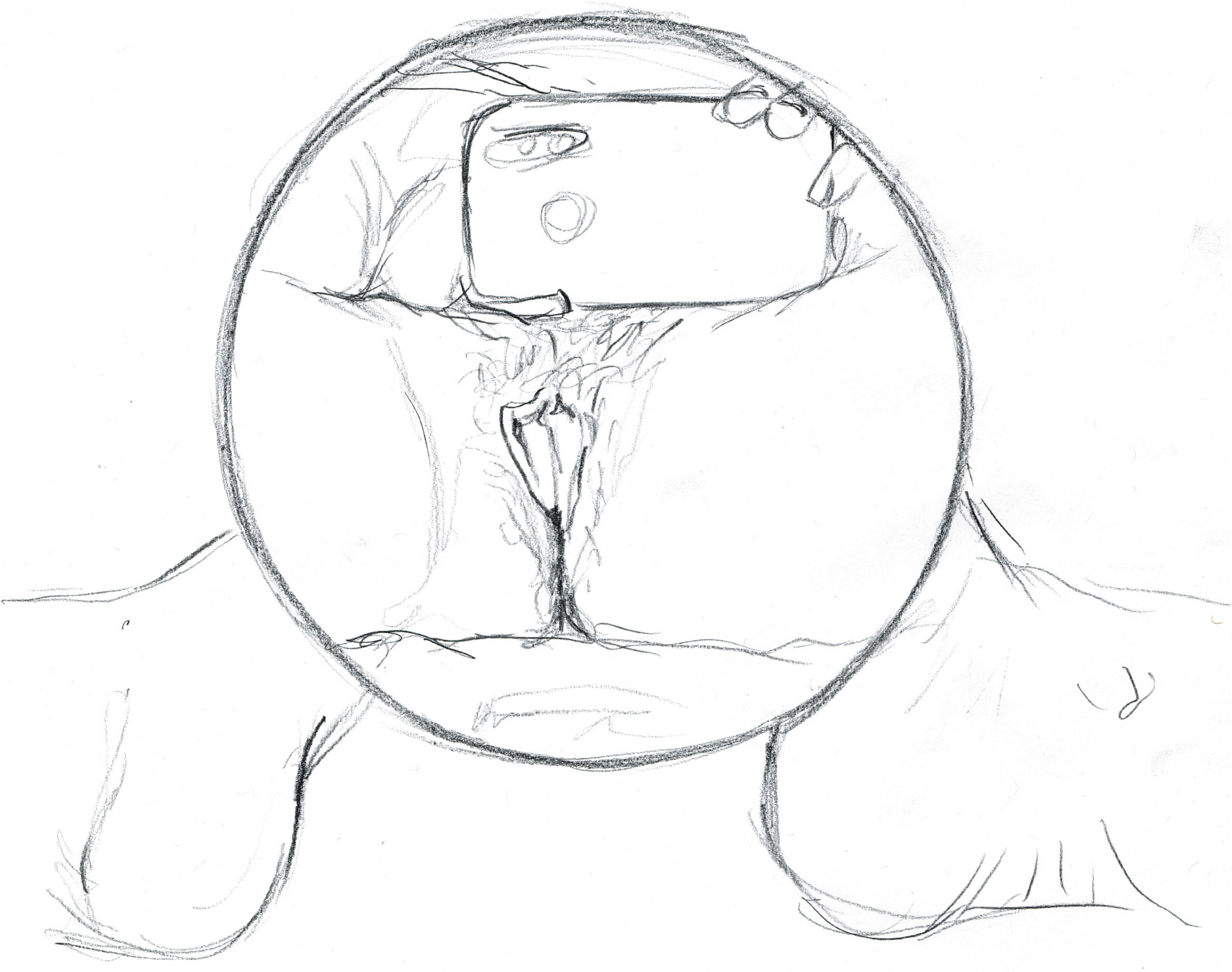


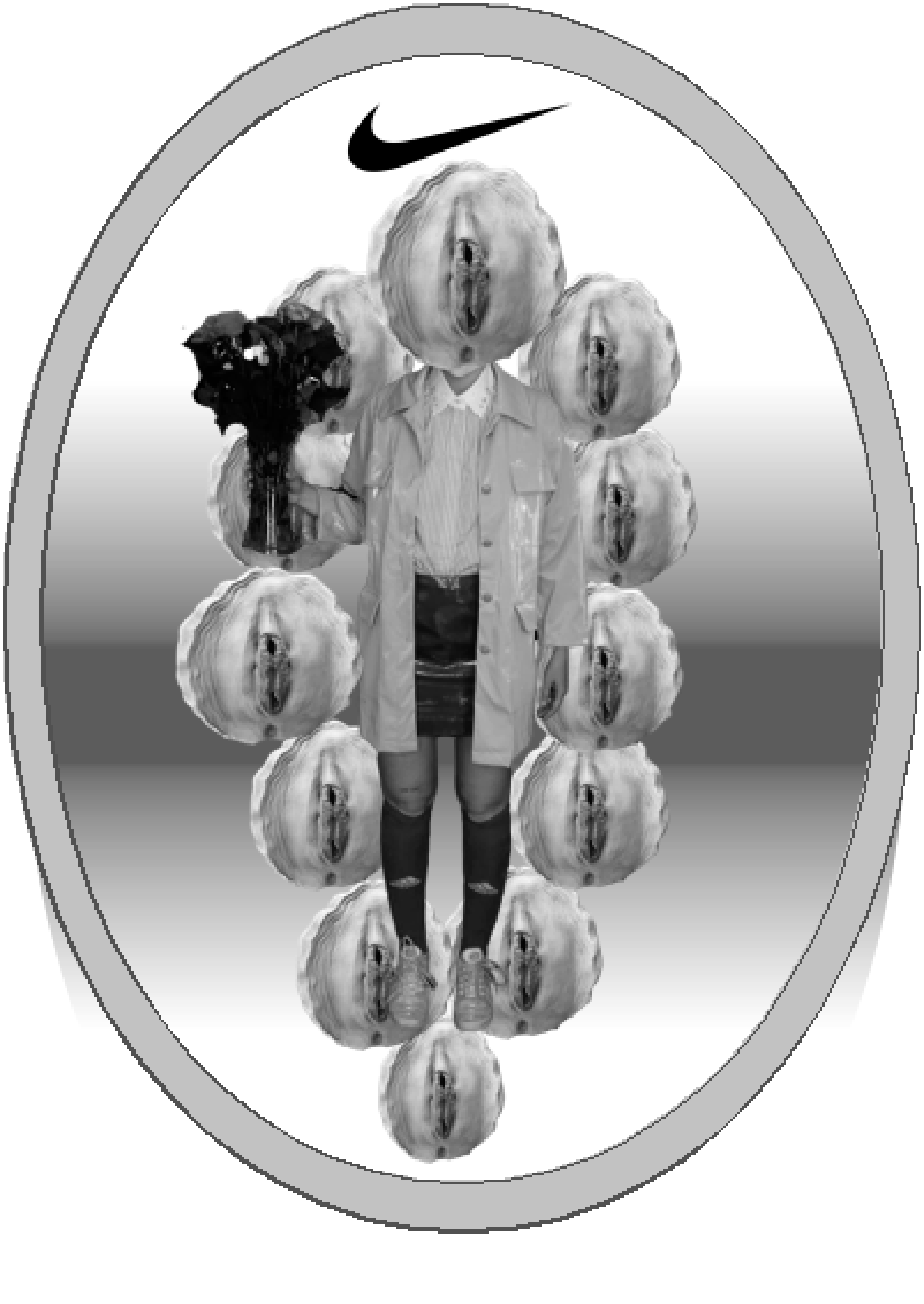


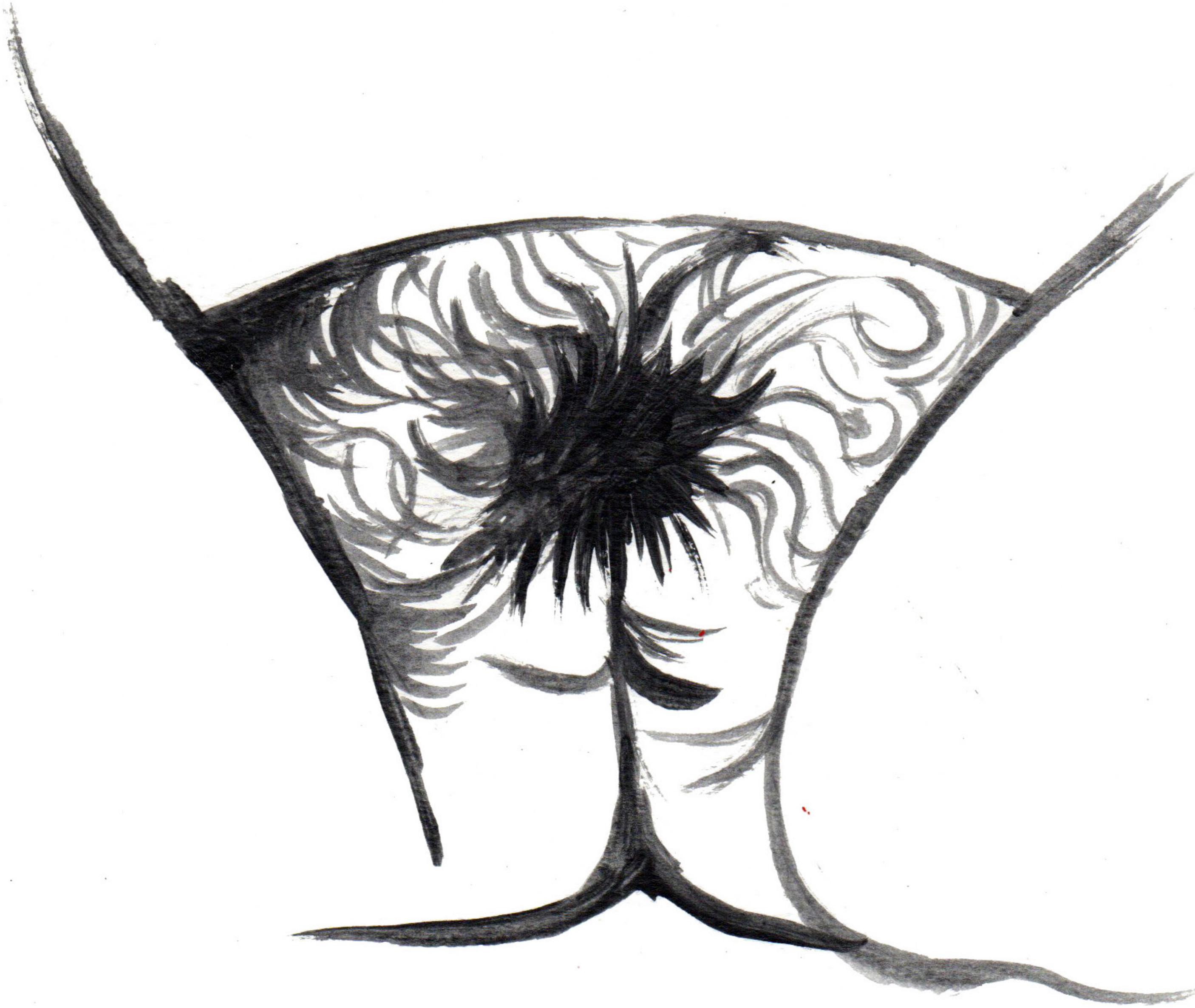


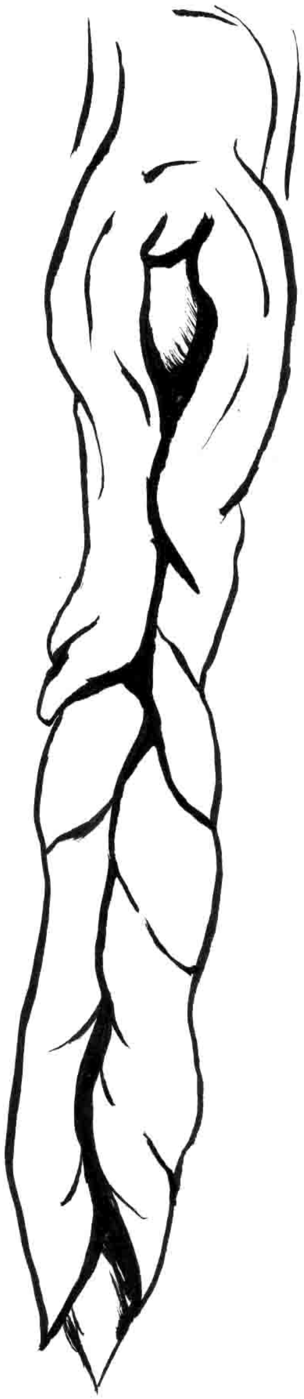
He fingido mucho por distintos motivos, llegaba a pensar que el problema lo tenía yo. Hasta que empecé a descubrir lo que me gusta, a decirlo y compartirlo y ahí se abrió un mundo. No sabía lo que era un orgasmo real, cuando empezó esa sensación de pipi yo misma paraba porque creía que iba a ser un desastre, busqué en Internet esa sensación y vi que solo tenía que vivirla sin límite, y ahí empecé a disfrutar verdaderamente.













Las primeras veces eran provocados por mi ex pareja y no siempre acompañados de orgasmos. La primera vez recuerdo haber apretado mucho según para dejar de hacerme “pipí”, y lo único que provoque fue mojar mucho más. Él me explicó que era algo “normal” aunque poco visto y que me dejara llevar en ese momento para que pudiéramos ver qué más pasaba, dijo nunca haber visto tanto líquido. En esos momentos estaba muy confiada pero después de buscar en Internet “información” y leer que algunas veces podía incluir orina (según), me puse muy nerviosa en las siguientes relaciones sexuales y buscaba evitarlo a toda costa, incluso resultaba doloroso en algunas ocasiones. Lo platiqué con él y aunque él no sabía tampoco mucho del tema, me ayudó a sentirme más cómoda haciéndolo. No es algo que experimente cada que tengo relaciones o un orgasmo. Sin embargo, me da placer al ser un momento de “no control” y solo dejarme llevar.





Las redes que se tejen debajo de la lengua.

Yuleina Carmona

Las redes de acompañamiento de aborto con medicamentos en América Latina se la juegan constantemente para revelarse ante las opresiones del Estado disciplinario que dicta los parámetros de la feminidad basados en su capacidad reproductiva; debilitando violentamente la capacidad de decisión de las mujeres y otros cuerpos gestantes a través de la criminalización del aborto en gran parte de la región. Los ataques de las estructuras de poder hacia los cuerpos que deciden abortar son tan constantes que parecería, parafraseando a Despentes, que tuviéramos petróleo en el cuerpo y que para acceder a él, los regímenes poderosos nos privan de la gestión de nuestras tierras; de nuestros cuerpos-territorio.

El poder represor que abanderiza la filiación familiar y la maternidad obligatoria como enclaves del Estado-nación está siendo desafiado por el movimiento abortista en toda la región. Afectos como la rabia, la indignación por las muertes y el injusto encarcelamiento de mujeres y cuerpos gestantes por abortos clandestinos siguen movilizando deseos profundos de transformación social, como dice Vacarezza; propiciando un campo de germinación de micro-políticas a través de redes de acompañamiento de aborto, que vislumbran un pedacito de horizonte colectivo de revolución sublingual.

El aborto con medicamentos es uno de los métodos existentes más seguros y efectivos para abortar. El conocimiento en torno al proceso en sí, surgió, en realidad, de la experiencia de mujeres que probaron numerosos medicamentos; y que hicieron posible que el miso sea hoy, usado con fines abortivos y no solo para tratar úlceras gástricas. Es importante resaltar aquí que este NO fue un conocimiento proveniente del aparato médico-científico, sino gestado directamente de las experiencias de las mujeres. Las redes de acompañantes, en distintas modalidades y en una amplia variedad de contextos, sirven de guía en el proceso antes, durante y después del aborto. Son redes que se van tejiendo a través de la experiencia compartida, la capacitación constante, la decisión política de resignificar el estigma hacia el aborto y cuerpos gestantes, y las ganas palpitantes de transformación social feminista.

Los fluidos de las mujeres y cuerpos con capacidad de gestar han cargado históricamente con afectos informados por el rechazo y la repulsión. En el caso de los fluidos abortivos, parecería como si solo pudiera atribuírseles afectos relacionados al miedo, la culpa, la depresión, y el asco. Como acompañantes, al distanciarnos radicalmente de esos discursos sobre aborto, propiciamos una nueva narrativa que nos permite tejer colectivamente otros afectos en torno al aborto y a los cuerpos que abortan. De hecho, a través de las redes de acompañantes y el movimiento por el derecho al aborto en América Latina de manera más amplia, el aborto comienza a adquirir otros matices afectivos vinculados al alivio, la auto-determinación,

la serenidad y en muchos casos, la alegría; ilustrando una decisión política colectiva, regresando a Vacarezza, de desestigmatizar y apoyar la no-reproducción como decisión legítima.

El acompañamiento a mujeres y otros cuerpos que deciden abortar, no responde a una simple demanda o necesidad individual. Pensar el acompañamiento en aislado sería despojarlo de matices políticos claves, como lo es la realidad social de inequidad que controla el destino reproductivo de los cuerpos. Acompañar procedimientos de aborto no se entiende aquí como un mero trámite médico-legal; sino que lo pensamos en términos de su potencial de transformación social; como tejido colectivo y entramado de riesgos compartidos.

Nada de esto escribo sola.

Parto de esta red viva de la que me gustaría compartirles la historia del aborto de Juana -nombre ha sido cambiado-, una amiga a la que acompañé en un procedimiento con medicamentos. Juana, en su 6ta semana de gestación, estaba dentro de los parámetros legales para interrumpir su embarazo en la Ciudad de México -donde es legal hasta la semana 12 y 6 días-. Aunque honestamente, si no fuese legal, eso tampoco hubiese impedido que Juana decida no llevar su embarazo a término, como sucede con frecuencia por toda la región. En un proceso de aborto con medicamentos, las unidades de medida y el tiempo son esenciales; es decir, seguir la dosis indicada en una frecuencia y periodo establecidos. Lo que hace el medicamento -dependiendo de los ritmos

de cada cuerpo- es provocar contracciones en el útero para expulsar, a través del sangrado, el endometrio; ese tejido donde se aloja el saco gestacional si el embarazo continuara, o el tejido que se libera en cada menstruación. El tipo de sangrado resultante de las tomas depende en gran medida del número de semanas de gestación. El sangrado esperado en el aborto de Juana en su 6ta semana -aunque cada acompañamiento y cada cuerpo es distinto- suele ser rojo oscuro, casi marrón, de consistencias múltiples: a ratos más o menos líquidas, otras veces en forma de coágulos entretejidos con pedacitos más sólidos y más oscuros. Parecería estar acompañado de trocitos de tela e hilitos delgados de color tinto oscuro y olor a menstruación; una semiótica material enredada con sangre, fluidos y dolor, pero donde también hay alivio y agencia.

Durante el procedimiento, como es de esperarse, Juana tuvo cólicos fuertes y náuseas; pero el ibuprofeno y la bonadoxina pronto hicieron de las suyas. En plenos cólicos, Juana tejía... "para no concentrarse en el dolor", y a través del acto de tejer, mientras debajo de la lengua fluía el miso hacia su torrente sanguíneo, Juana de forma literal hilaba afectos que le atravesaban el cuerpo y al mismo tiempo la vinculaban estrechamente con las redes de mujeres/cuerpos gestantes que han hecho camino históricamente para que nosotras podamos entrar a un andar ya pensado, o quizás soñado alguna vez.

Como en cualquier proceso de aborto con medicamentos, y contrario a lo que nos han hecho creer, la fertilidad de Juana regresa de inmediato y su ciclo menstrual re-inicia el mismo día que el miso provoca el sangrado. Este uso del miso, considero, tiene la capacidad de redibujar lo que es y será el rol-destino de las mujeres, una pequeña mirada de lo que son capaces los cuerpos gestantes. Esto hace del miso un pasaje en el que nos movemos juntas -Juana y yo, acompañada y acompañante- hacia otras maneras de concerbirnos como sujetas, y de accionar ante la represión proveniente de las fronteras ficticias impuestas sobre nuestros cuerpos. Es en este cruce que devenimos otrxs. Más que de empatía y solidaridad, para evocar a Rolnik, me gusta pensar el acompañamiento como una “resonancia entre experiencias y frecuencias vibracionales” por las que nos dejamos transformar; donde hay intención y potencia. Un cruce que tanto acompañadas como acompañantes habitamos desde las complicidades múltiples que nos acercan a configurar mundos de manera conjunta, a imaginarnos a través del cuerpo otros futuros posibles.

#UNABORTOACOMPAÑADO
ESUNABORTOSEGURO





Para profundizarnos...

A lo largo del proceso editorial, las experiencias que otres vertieron sobre sí mismas nos acompañaron, fueron aprendizaje y sanación en este camino para mantener y recuperar la salud. Aquí les dejamos todas esas voces para que puedan seguir profundizando.

· **Coño Potens**. Diana J. Torres.

· **Hierbas contra la tristeza. Un manual para sanar juntas.** Yadira López.

· **Clímax club: Una cartografía del placer.** Jüne Plã

· **La ética del placer.** Graciela Hierro.

· **Manual de ginecología natural y autónoma.** KARU – Koletivo Autônomo Rural e Urbano & Anarko-Ideais

· **Prostética biomecatrónica.** Claudia Ossandón Jamett
anarchagland.hotglue.me

· **Del cuerpo a las raíces.**
ginecologianatural.org

· **Anarcha, Lucy & Betsey GLANDs** + **GynePUNK.**
we.riseup.net/gynepunklab

· **Nuestra vulva. Proyecto Kahlo.**
proyecto-kahlo.com/2012/12/nuestra-vulva

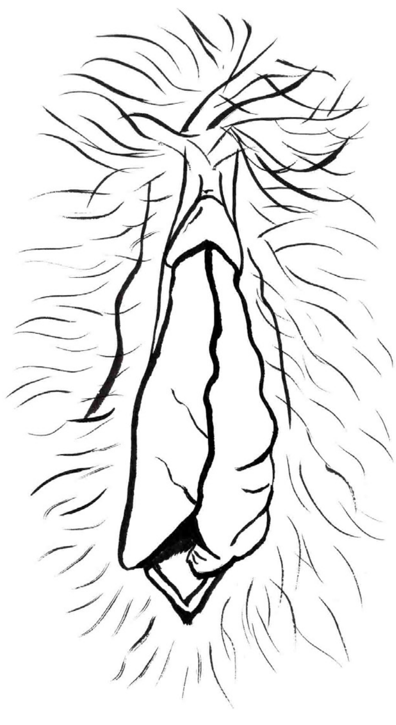
· **The Vulva Gallery**
thevulvagallery.com

· **The labia library**
labialibrary.org.au

· **Mi placer se corre como puñales.** ideadestroyingmuros.
ideadestroyingmuros.blogspot.com

· **La eyaculación femenina.** Itsaso Gallastegui Loiti
sexpol.net/la-eyaculacion-femenina-2

· **PUSSYPEDIA**
pussypedia.net





Hace 45 años Tee Corinne salió del armario
como lesbiana a través de un fanzine para co-
lorear que incluía los coños de sus amantes y
amigues. De copia en copia, se convirtió en
un referente para el feminismo y hoy, en la
inspiración para este libro.

Vulvas para colorear es el resultado de una
convocatoria virtual para compartir expe-
riencias, fotografías e ilustraciones de vulvas.
Es el recuento de 213 participaciones, que con
mucho cariño y respeto leímos y trasladamos
al dibujo. Con este libro buscamos dar espa-
cio a nuestras voces, a la sabiduría que alber
gan nuestras experiencias y a demostrar que
compartir entre nosotres continúa siendo el
mecanismo contra la homogeneización de
nuestras vidas.

Bienvenides a este espacio en el que busca-
mos circular los conocimientos y desconoci-
mientos que nuestros cuerpos nos han per-
mitido aprender.